Perspective de développement

Québec

86-02252/

Programme Kino-Québec

Une stratégie visant l'amélioration de la condition physique des Québécoises et Québécois par le biais de la pratique régulière de l'activité physique

Une perspective de développement à court et à moyen terme

Direction de l'activité physique
Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche
Gouvernement du Québec

ISBN 2- 550 -12305 - 0

Photographies:
Ministère du Loisir de la Chasse et de la Pêche
Pierre Pouliot, Denis Trudel

TABLE DES MATIÈRES

PRÉAMBULE 1

1. La mission de Kino-Québec 2

1.1 La finalité de Kino-Québec 2
1.2 La condition physique: dans un concept de santé 4
1.3 Pertinence de l'intervention gouvernementale 6
1.4 La place du programme Kino-Québec dans le Livre blanc sur le loisir au Québec 7
1.5 L'amélioration de la condition physique telle que perçue par Kino-Québec 10
1.5.1 Définition de la condition physique 10
1.5.2 Par la pratique régulière de l'activité physique . 11
1.5.3 La pratique de quelles activités physiques?..... 11
1.5.4 Pourquoi faire de l'activité physique? 12
1.6 Les actifs et les inactifs: une intervention spécifique. 13
1.7 Les secteurs d'intervention de Kino-Québec 20

2. La concertation: un outil de développement..... 22

3. La structure et les mécanismes de fonctionnement de Kino-Québec.. 27

3.1 Structure de fonctionnement au M.L.C.P. 27
3.2. Les mécanismes d'application dans le milieu 28
3.2.1 Le Module-Kino 30
3.2.2 Les organismes du milieu 34
3.2.3 Le Centre Kino 35

4. L'analyse de situation générale et les perspectives à court et à moyen terme..... 36

4.1 Analyse et perspectives en regard des attitudes et des comportements de la population face à la pratique de l'activité physique.36
4.2 Analyse et perspectives en regard des productions de Kino-Québec 41
4.2.1 Les activités de sensibilisation 41
4.2.2 Les activités d'éducation populaire 43
4.2.3 Les activités de participation 44
4.2.4 Les activités d'évaluation de la condition physique 50
4.2.5 Les activités de perfectionnement 53
4.2.6 Les adultes en milieu de travail 55
4.2.7 La femme et l'activité physique 58
4.2.8 La femme enceinte et l'activité physique 59
4.2.9 Les jeunes et l'activité physique 60
4.2.10 Les personnes handicapées 63
4.2.11 Les aînés/es et la pratique de l'activité physique 64
4.2.12 Groupes du milieu associatif 67
4.2.13 Les autochtones 68
4.3 Analyse et perspectives en regard de la structure de fonctionnement et des mécanismes d'application de Kino-Québec..... 69
4.3.1 Le Module-Kino 69
4.3.2 Les Centres Kino 72
4.3.3 Le conseil consultatif Kino-Québec 74
4.4 Analyse et perspectives en regard de moyens de communication.... 75
4.4.1 La banque d'information 75
4.4.2 Le bulletin Kino-nouvelles 77
4.4.3 Le Kino-message..... 78

5. Les priorités de Kino-Québec pour 1984-86..... 80

6. Les objectifs généraux du programme Kino-Québec pour 1984-86 81

PRÉAMBULE

Le présent document, "Le Programme Kino-Québec", regroupe des textes qui soutiennent la philosophie et le discours du mouvement Kino-Québec. On y retrouve la finalité qu'il poursuit et la place qu'il occupe dans l'univers de l'activité physique au Québec.

La deuxième partie présente des analyses de situations sur la pratique de l'activité physique et du niveau de condition physique de la population québécoise, sur les productions du programme Kino-Québec depuis 1982 et enfin sur la structure de fonctionnement et des mécanismes d'application adoptés par la Direction de l'activité physique du M.L.C.P.

Nous croyons que l'ensemble du contenu de ce document permettra de préciser certains éléments du programme Kino-Québec qui peuvent ne pas être perçus actuellement de la même façon par l'un et l'autre des partenaires de Kino-Québec. Les propos de ce document reflètent l'état actuel de développement du programme Kino-Québec dans son ensemble et ne ferment pas la porte à toute réflexion qui pourrait garder à jour le discours du mouvement Kino-Québec.

1. LA MISSION DE KINO-QUÉBEC

1.1 La finalité de Kino-Québec

En juillet 1974, le Haut-Commissariat à la jeunesse, aux loisirs et aux sports recevait le rapport d'un comité d'étude qu'il avait lui-même mis en place et dont le mandat était de procéder à une analyse exhaustive de la situation relativement au niveau de la condition physique des Québécois/ses et de suggérer des voies et moyens d'intervention pour redresser la situation.[1]

Après quelques hésitations face à l'implantation d'une stratégie nouvelle, c'est à l'automne 1977 qu'un programme fut proposé par le H.C.J.L.S. au conseil des ministres qui accepta de considérer comme une de ses priorités un programme relatif à l'amélioration de la condition physique de la population du Québec. Cette déclaration ministérielle donna le feu vert au lancement du programme Kino-Québec dès janvier 1978 et dont la finalité est:

> d'améliorer ou maintenir, à un niveau optimal, la condition physique de chacun des Québécois et Québécoises par le biais de la pratique régulière de l'activité physique.

Analysons la signification de cette finalité qu'on attribue au programme Kino-Québec. Il est dit d'abord que l'intervention de Kino-Québec est dirigée vers l'ensemble de la population, quelles que soit ses caractéristiques ou sa provenance. Sachant que la population du Québec est fort diversifiée par rapport à son niveau de condition physique, il est mentionné que Kino-Québec cherchera soit à améliorer, soit à maintenir le niveau de condition physique

---

1 Gouvernement du Québec, Rapport du comité d'étude sur la condition physique des Québécois, juillet 1974.

des gens. Il est dit dans cette finalité que Kino-Québec recherche un niveau optimal, c'est-à-dire que le niveau de condition physique à atteindre sera variable d'un individu à l'autre en fonction de ses caractéristiques et de ses besoins fonctionnels.

Cette finalité exprime enfin que c'est la condition physique que Kino-Québec cherche à influencer. Nous reconnaissons que le niveau de condition physique d'un individu est influencé par un ensemble de facteurs dont la pratique régulière de l'activité physique. C'est le M.L.C.P. qui a reçu comme mandat d'intervenir de façon générale dans ce secteur. Les autres facteurs influençant le niveau de condition physique sont de la responsabilité d'autres organismes, ce qui amène Kino-Québec à rechercher la collaboration des autres secteurs d'intervention notamment les secteurs des affaires sociales et de l'éducation.

Les actions entreprises depuis le début dans le cadre du programme Kino-Québec ont donné naissance à un discours nouveau, à une philosophie qui met en évidence de nouvelles valeurs en regard de la pratique de l'activité physique et de l'amélioration de la condition physique. Cette nouvelle philosophie, aux couleurs québécoises, qui s'inscrit dans un courant international représente un nouveau courant de pensée prôné par le mouvement Kino-Québec.

Faisons ici la distinction qui s'impose entre le mouvement Kino-Québec et le programme Kino-Québec. Le premier est, comme il est décrit précédemment, un courant de pensée, partagé de plus en plus par les organismes du milieu, tandis que le programme Kino-Québec présente les stratégies d'intervention retenues par le ministère du Loisir pour appuyer le milieu afin que la population du Québec ait une meilleure condition physique.

1.2 La condition physique: dans un concept de santé et de bien-être

Depuis quelques années, l'Organisation mondiale de la santé fait partager par de nombreux pays une nouvelle définition du concept santé. C'est ainsi que la santé n'est plus considérée comme étant une absence de maladie ou d'infirmité. La santé reflète maintenant un état complet de bien-être physique, mental et social[2]. Il faut de plus considérer ces trois volets de la santé comme indissociables puisqu'il existe entre eux des liens influençant l'un et l'autre de ces trois volets.

Puisque nous considérons maintenant l'état de santé comme étant bien plus que l'absence de maladie, il faut introduire les notions de mieux-être ou de bien-être. Ces notions ne sont pas nouvelles. Elles sont synonymes de bonne condition physique. Le comité d'étude sur la condition physique des Québécois identifiait, dans son rapport en 1974, la condition physique comme étant un état de l'organisme reflétant le degré d'efficacité fonctionnelle de l'ensemble de ses systèmes[3]. Une bonne condition physique s'associe dès lors à un état de bien-être et lui permet de plus de l'atteindre.

La notion de condition physique précédemment identifiée et véhiculée à travers le Mouvement Kino-Québec fait partie du phénomène de santé. Les deux notions sont indissociables l'une de l'autre.

---

2 Lagarde, François et Al. Santé et Activité physique, collège Edouard-Montpetit, 1984, page 1.

3 Comité d'étude sur la condition physique des Québécois. Le rapport et les recommandations, 1974, page 19.

Condition physique et activité physique

Il est maintenant reconnu universellement que la condition physique d'un individu est influencée par un ensemble de facteurs qui doivent être conjuguées simultanément. La pratique régulière de l'activité physique, les bonnes habitudes alimentaires, la non-consommation de tabac et de drogues, de bonnes conditions de sommeil, la consommation modérée d'alcool et une attitude positive face aux situations stressantes de la vie quotidienne sont quelques-uns des facteurs directement contrôlables par l'individu qui influenceront positivement son niveau de condition physique.

Par le biais du programme Kino-Québec, nous pouvons intervenir sur le facteur de la pratique de l'activité physique qui aura une influence directe sur la capacité aérobique, la vigueur musculaire et la capacité de détente et de relaxation. L'influence des autres facteurs se fait indirectement et en collaboration avec les organismes qui ont la responsabilité de chacun de ces champs d'intervention. S'il n'est pas démontré scientifiquement que la pratique de l'activité physique a des effets sur la santé, il nous est permis de tenir compte de la situation contraire: les effets de l'inactivité physique sur la santé d'un individu. Tous les résultats d'études rigoureuses mettent en évidence que l'inactivité physique détériore plusieurs des systèmes de l'organisme humain. En conséquence, il est donc convenable d'affirmer qu'une augmentation de l'activité physique au-delà des besoins quotidiens peut mener vers une amélioration plus poussée de la santé[4].

Il est de plus reconnu par plusieurs qu'une vie sédentaire est un facteur de risque important de la maladie cardio-vas- culaire. La pratique régulière de l'activité physique est donc considérée

---

4 Lagarde, François et Al., Santé et activité physique, collège Edouard-Montpetit, 1984, page 16.

considérée comme pouvant être un des facteurs préventifs.[5]

1.3 Pertinence de l'intervention gouvernementale

A venir jusqu'à maintenant, au Québec comme dans bien d'autres pays modernes, on s'est plutôt préoccupé à corriger des situations non désirées. On a eu tendance à combattre la maladie tout en laissant de côté le développement de programmes de prévention. Nous reconnaissons qu'il faut combattre la maladie afin que la qualité de vie des citoyens/nes s'améliore. Le Québec est très bien pourvu en services de tout genre pour corriger cette situation.

Ce n'est que depuis quelques années seulement que le Gouvernement accorde plus d'importance au phénomène de la prévention. Quelques programmes seulement s'inscrivent à cette enseigne et Kino-Québec est un de ceux-là.

Si on observe les principales causes de décès (mortalité) et de maladie (morbidité) au Québec, on s'aperçoit qu'elles se rapprochent de très près des modes de vie de la population. Le sédentarisme de la population dans ses loisirs ou à son travail est identifié comme un facteur de risque important de la maladie cardio-vasculaire. L'ensemble des maladies cardio-vasculaires sont pour la population adulte, une des premières causes de décès au Québec et une des principales causes d'hospitalisation pour ceux et celles qui en sont atteintes.[6]

---

5 Brisson, Marcel, Maladie coronarienne, facteurs de risques, Activité physique, janvier 1985.

6 Conseil des Affaires Sociales et de la famille, Des problèmes prioritaires, 1983.

Une conséquence importante de cette situation se situe dans un contexte économique. Les soins rendus nécessaires par ces principales maladies occasionnent des coûts très élevés pour la société québécoise. Ces coûts constamment à la hausse représentent un poids très lourd pour l'ensemble du budget du gouvernement québécois.[7]

Le gouvernement du Québec se doit donc de maintenir et d'intensifier ses programmes qui ont une tendance préventive en regard de la santé. En 1978, il mettait en place un programme d'intervention spécifique dans ce secteur et mandatait alors le Haut-Commissariat à la jeunesse, aux loisirs et aux sports pour assumer cette nouvelle responsabilité. Depuis 1980, suite à la fusion du H.C.J.L.S. avec le ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche, celui-ci a clairement identifié le programme Kino-Québec comme une de ses priorités. Le ministère s'inscrit donc de plein pied dans cette démarche préventive et reconnaît en Kino-Québec un programme fort pertinent pour l'amélioration de l'état de santé générale de la population québécoise.

1.4 La place du Programme Kino-Québec dans le Livre blanc sur le loisir au Québec

Au moment où le programme Kino-Québec a été mis en place, le gouvernement du Québec travaillait à l'élaboration d'une politique globale en matière de loisir. Lorsqu'il publiait en septembre 1979 son Livre blanc, le gouvernement octroyait à Kino-Québec ses lettres de noblesse qui lui ont permis de prendre toute la place qu'on lui reconnaissait.

---

7 Conseil des affaires sociales et de la famille, "Les coûts de la maladie", 1983.

De larges extraits de ce Livre blanc traitent de l'activité physique. Le texte qui suit[8] résume assez bien les attentes du législateur pour les années à venir dans la mesure où le Mouvement Kino-Québec est en cause.

> "... Dans la langue courante, on le sait, l'activité physique et le sport sont fréquemment associés, voire confondus. Pourtant, des distinctions importantes s'imposent ici, la principale étant que l'activité physique recouvre une réalité beaucoup plus vaste que le seul sport. En effet, en dépit de l'importance particulière qu'il a acquise dans nos sociétés, le sport n'est qu'une des expressions possibles, assurément pas la seule de l'activité physique. Parler d'activité physique, c'est parler d'un élément essentiel de la qualité de la vie; c'est faire référence à l'expression globale de la corporalité, c'est-à-dire de cette dimension fondamentale de l'être humain qu'est le corps, cette condition même de la présence aux autres et à l'ensemble de l'environnement. La possibilité d'une pratique libre et valable de l'activité physique ne saurait donc constituer une préoccupation parmi d'autres; à certains égards, c'est la santé et l'équilibre de la personne qui est ultimement en cause. Et les pratiques au moyen desquelles cette santé et cet équilibre peuvent être favorisés débordent des activités de conditionnement physique et de plein air que des exercices d'expression corporelle, de relaxation et de sport proprement dit.
>
> Tout en faisant appel aux valeurs globales de l'activité physique, le sport revêt un caractère plus limitatif. Organisé autour de règles définies et dans un espace délimité, il nécessite la compétition et un certain entraînement. Toutefois, la pratique d'une activité sportive permet de toucher des attitudes particulières; dépassement de soi, esprit d'équipe, analyse de situation et réaction, entraînement en solitaire ou en groupe, etc., et ce, dans le but le plus souvent avoué de décrocher la victoire.
>
> Ainsi, selon l'importance qu'on accorde à l'activité sportive, on peut distinguer deux niveaux: le "sport-

8 Gouvernement du Québec, "On a un monde à récréer", Livre blanc sur le loisir au Québec, 1979, pages 51-52.

loisir" et le "sport-performance". Le "sport-loisir" c'est autant la partie de hockey jouée avec une balle dans une ruelle que la rencontre "d'athlétisme au crépuscule". Ce premier niveau de sport fait appel à la détente, au plaisir, à la spontanéité et à la créativité, tout en se conformant à un certain nombre de règles dans un espace déterminé. Le "sport-performance" quant à lui, implique structure, "organisation" et entraînement, il est carrément centré sur la compétition et la victoire. Il admet donc l'élimination et vise l'excellence. Le but ultime de ce niveau est de produire un groupe d'athlètes de pointe qui, après avoir franchi toutes les étapes et résisté à l'élimination, formeront l'élite d'une discipline.

En matière d'activité physique et de sport, le but poursuivi sera donc de contribuer au bien-être des citoyens en rendant la pratique de l'activité physique accessible à tous les citoyens, conformément à leurs aspirations et dans les meilleures conditions possibles de réalisation. Et c'est à la lumière de cette orientation de base que trois grands objectifs nationaux seront mis de l'avant, des objectifs qui correspondent à des aspects et à des niveaux différents de la gamme complexe d'activités que représente le secteur de l'activité physique.

Un premier objectif consistera à améliorer ou à maintenir, par le biais d'une activité physique dont ne sont exclus ni la détente ni le plaisir, la condition physique de tous les citoyens - cela même que le Livre vert suggérait comme une des priorités gouvernementales en matière de loisir. Cette action sera entreprise en collaboration avec tous ceux qui se préoccupent d'activité physique et privilégiera la promotion des programmes scolaires d'éducation physique dans le prolongement et selon l'esprit du programme PEPP (programme d'éducation physique au primaire) et le soutien à l'aménagement de ressources simples pouvant permettre au plus grand nombre la pratique d'activités physiques vraiment régénératrices. Plus spécifiquement, priorité sera accordée à l'intensification du programme "Kino-Québec", dont on fera, dans le secteur de l'activité physique, le principal programme à caractère national. Ce programme jouit déjà de solides assises à travers l'ensemble du Québec; il est donc tout désigné pour soutenir les initiatives du milieu et pour servir de ressources d'appoint aux municipalités, aux écoles et aux autres organismes ou groupes intéressés. Tout invite même à élargir les objectifs de "Kino-Québec", de manière qu'y soit englobé tout le champ de la pratique libre de l'activité physique..."

Les propos du Livre blanc sur la politique québécoise en matière de loisir mettent en évidence les assises sur lesquelles s'appuie le programme Kino-Québec. On fait de ce programme un des objectifs importants de la direction générale de l'activité physique et du sport. On confie à une équipe centrale la responsabilité de développer et de gérer ce programme. Il devient une priorité du Ministère; ce qui lui permettra de prendre toute la place qu'on lui souhaite. La notoriété actuelle du programme Kino-Québec auprès des organismes à tous les niveaux et auprès de la population en général en fait un intervenant majeur au Québec dans le secteur de l'amélioration de la condition physique.

1.5 L'amélioration de la condition physique telle que perçue par Kino-Québec

1.5.1 Définition de la condition physique

Dans le cadre du programme Kino-Québec, lorsqu'on parle de condition physique, de quoi parle-t-on au juste? Tout le discours de Kino-Québec s'appuie sur la définition identifiée précédemment: c'est l'état de l'organisme reflétant le degré d'efficacité fonctionnelle de l'ensemble de ses systèmes. Ce langage est très hermétique pour un non-spécialiste et pour la population en général.

C'est ainsi que pour que le message de Kino-Québec soit bien compris et partagé par l'ensemble de la population, nous formulons cette définition dans des termes beaucoup plus populaires. Etre en bonne condition physique: c'est être bien dans sa peau; c'est être capable de mieux s'adapter aux situations stressantes; c'est être capable d'accomplir une journée de travail sans fatigue excessive; c'est être capable de profiter au maximum de son temps de loisir; c'est être capable de répondre positivement aux urgences physiques.

1.5.2 Par la pratique régulière de l'activité physique

Comme ce fut mentionné précédemment, il y a plusieurs facteurs qui peuvent influencer le niveau de condition physique d'un individu. La finalité de Kino-Québec identifie clairement son champ d'intervention: "... par le biais de la pratique régulière de l'activité physique". C'est le mandat qui fut confié au M.L.C.P. par le gouvernement du Québec.

Si on veut que la population améliore son niveau de condition physique par la pratique régulière de l'activité physique, il faut qu'elle soit en possession de ce moyen qu'est l'activité physique. La situation actuelle nous indique que la population ne fait pas d'activité physique, du moins pas suffisamment pour que la pratique de l'activité physique puisse influencer positivement le niveau de sa condition physique. Ainsi, dépendamment de la clientèle à qui s'adressera Kino-Québec, celui-ci ajustera son message en conséquence. Pour ceux et celles qui ne font pas d'activité physique, Kino-Québec les incitera à en faire pour être en possession du moyen. On ne parlera pas alors d'amélioration de la condition physique; ce message viendra plus tard. Pour ceux et celles qui pratiquent l'activité physique, le message de Kino-Québec sera orienté vers l'amélioration du niveau de condition physique.

1.5.3 La pratique de quelles activités physiques?

A travers le programme Kino-Québec, le Gouvernement applique un principe fondamental: celui de l'accessibilité pour tous les citoyens/nes. La finalité de Kino-Québec exprime d'ailleurs cette tendance. La pratique de l'activité physi-

que doit être accessible à tous quels que soient leur sexe, leur âge ou les autres caractéristiques particulières ou mode de vie.

En conséquence, le message de Kino-Québec tend à favoriser la pratique de l'activité physique en général en ne privilégiant aucune activité en particulier. Pour Kino-Québec, l'activité physique en question doit tenir compte des intérêts et des capacités de chacun. Lorsque Kino-Québec s'adresse à une clientèle active, son message ajoute la notion d'intensité de la dépense énergétique. Pour qu'il y ait des effets positifs sur l'ensemble des systèmes de l'organisme, il faut que le moyen utilisé (activité physique) soit suffisamment intense pour provoquer de tels changements.

1.5.4 Pourquoi faire de l'activité physique?

Mais pourquoi faire de l'activité physique? Pour la population inactive, les raisons de la pratique seront différentes de celles pour la population active en ce qui concerne le message de Kino-Québec. Kino-Québec incite les gens inactifs à faire de l'activité physique parce que c'est plaisant; parce que c'est agréable de faire des rencontres établissant ainsi de nouvelles relations; parce que c'est de nature à bonifier ses heures de loisir et aussi parce que généralement on se sent bien dans sa peau.

On peut faire de l'activité physique parce qu'on sera capable de faire face aux urgences physiques; parce qu'on aura une attitude plus positive face aux situations stressantes de la vie; parce qu'on se sentira moins ankylosé le matin, au réveil et que la journée de travail s'abordera de façon plus agréable.

Le discours de Kino-Québec auprès des gens qui sont en possession du moyen qu'est l'activité physique sera quelque peu différent, plus spécifique. Sans nier les raisons précédemment identifiées, les gens seront invités à utiliser l'activité physique pour améliorer leur niveau de condition physique. Le message de Kino-Québec fera ressortir les bienfaits d'ordres physiologique et psychologique reliés à une pratique vigoureuse et régulière de l'activité physique. Les notions de nature et de forme de l'activité, fréquence, intensité et durée de la pratique de l'activité physique ne sont pris en considération que lorsque le message de Kino-Québec porte sur l'amélioration de la condition physique.

1.6 Les actifs et les inactifs: une intervention spécifique

Si on se réfère à l'objet principal de l'intervention du programme Kino-Québec, c'est-à-dire les individus, on est à même de constater qu'ils n'ont pas tous les mêmes caractéristiques et motivations. Diverses méthodes peuvent être utilisées pour classifier les individus. L'âge, le sexe, le milieu de vie, la nature du travail, la situation socio-économique et la motivation sont autant d'éléments de classification différents. Kino-Québec en tiendra compte dans l'identification de ses stratégies particulières d'intervention.

Pour classifier les individus en fonction de leur participation, Kino-Québec utilise la terminologie suivante: les gens actifs et ceux qui sont inactifs. Ces derniers représentent environ 75% de la population adulte du Québec. Cette classification permet à Kino-Québec d'identifier la démarche qu'il poursuit en regard de la finalité et au profit de l'ensemble de la population québécoise.

Toujours en fonction de la finalité recherchée, plaçons sur un continuum les divers niveaux de pratique de l'activité physique qu'un individu peut connaître. Nous avons à une extrémité de ce continuum la personne non-active et, à l'autre, la personne active de façon régulière et autonome. Le tableau suivant illustre ce continuum qui exprime une démarche précise.

LES DIVERS NIVEAUX DE PRATIQUE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

NIVEAU DE PRATIQUE	DESCRIPTION DU NIVEAU DE PRATIQUE	NATURE DE L'INTERVENTION PAR RAPPORT AU NIVEAU DE PRATIQUE
1) Personne inactive physiquement et non sensibilisée à la pratique de l'activité physique.	- La personne n'est pas sensibilisée à la pratique régulière de l'activité physique. - La personne ne se sent pas concernée par le discours de Kino-Québec. - La personne n'a aucune attitude positive par rapport à la pratique de l'activité physique.	- Une action de sensibilisation doit être menée auprès de ce type de personnes. - Une action de support information doit accompagner l'action de sensibilisation.
2) Personne inactive, mais sensibilisée à la pratique de l'activité physique.	- La personne est sensibilisée à la nécessité de pratiquer l'activité physique régulièrement. - La personne se sent concernée par le discours de Kino-Québec. - La personne a une attitude positive par rapport à la pratique de l'activité physique. - La personne n'a pas encore pris de décision pour changer de comportement.	- L'action de sensibilisation sera plus axée sur les bienfaits spécifiques de la pratique de l'activité physique. - Une action d'incitation à passer à l'action sera amorcée auprès de ce type de personnes. - Des actions d'information seront menées auprès de ce type de personnes. - L'environnement de cet individu sera influencé de telle sorte qu'il facilite les modifications de comportement chez cet individu

NIVEAU DE PRATIQUE	DESCRIPTION DU NIVEAU DE PRATIQUE	NATURE DE L'INTERVENTION PAR RAPPORT AU NIVEAU DE PRATIQUE
3) Personne active, mais de façon irrégulière.	- La personne a décidé de faire de l'activité physique. - La personne fait de l'activité physique de temps en temps, moins de trois fois par semaine. - La personne fait de l'activité physique régulièrement 3 fois 20 min. et plus par sem. mais non de façon continue, c'est-à-dire moins de 10 mois par année. - La personne peut faire de l'activité physique moins de 3 fois 20 minutes par semaine pendant une période assez longue. - Pour cette personne, la pratique de l'activité physique n'est pas une habitude de vie et n'est pas encore un moyen pour améliorer le niveau de condition physique.	- Une action d'incitation à passer à l'action sera maintenue. - Une action qui fera en sorte que la personne puisse faire de l'activité physique sur une base de plus en plus régulière. - Des contenus de programme seront proposés. - Des modes d'encadrement supporteront le nouveau pratiquant. - Des actions d'information seront maintenues. - Pour certains, une action d'évaluation de la condition physique sera menée pour amorcer un programme d'amélioration de la condition physique. - L'environnement de cet individu sera influencé de telle sorte qu'il facilite les modifications de comportements chez cet individu.

NIVEAU DE PRATIQUE	DESCRIPTION DU NIVEAU DE PRATIQUE	NATURE DE L'INTERVENTION PAR RAPPORT AU NIVEAU DE PRATIQUE
4) Personne active de façon régulière mais non autonome.	- La personne fait de l'activité physique régulièrement, 20 minutes, trois fois et plus par semaine, 10 mois et plus par année. - Pour cette personne, la pratique de l'activité physique est une habitude de vie. - La personne n'est pas autonome; elle a besoin d'un certain support et encadrement dans sa pratique de l'activité physique. - La personne est en possession du moyen qu'est l'activité physique pour améliorer son niveau de condition physique. - Si la personne a décidé d'améliorer son niveau de condition physique par la pratique de l'activité physique, il lui faudra désormais tenir compte de l'intensité de la pratique ainsi que de la dépense énergétique associée à chacune des activités physiques.	- Des programmes spécifiques d'amélioration de la condition physique seront proposés à cette personne. - Des modes d'encadrement légers qui tendent vers l'autonomie complète seront proposés. - Un support information sera offert à cette personne. - Des actions d'évaluation de la condition physique seront proposées pour inciter cette personne à atteindre progressivement des niveaux supérieurs de condition physique.

NIVEAU DE PRATIQUE	DESCRIPTION DU NIVEAU DE PRATIQUE	NATURE DE L'INTERVENTION PAR RAPPORT AU NIVEAU DE PRATIQUE
5) Personne active de façon régulière et autonome.	- La personne fait de l'activité physique régulièrement, 20 minutes, trois fois et plus par semaine, 10 mois par année. - Pour cette personne, la pratique de l'activité physique est une habitude de vie. - La personne est autonome. Elle est capable d'organiser elle-même sa pratique d'activité physique. - La personne est capable de planifier et de réaliser une programmation spécifique pour améliorer son niveau de condition physique.	- De l'information spécifique sur l'amélioration de la condition physique sera proposée à cette personne. - Des actions qui viseront la persévérance seront proposées à cette personne. - Cette personne pourra être mise à contribution dans son entourage immédiat.

Une personne non active pourra être non sensibilisée ou sensibilisée à la pratique de l'activité physique. Bien qu'une personne puisse être sensibilisée aux bienfaits de l'activité physique, cela ne signifie pas pour autant qu'elle soit active.

Un deuxième niveau réfère à une personne active. Dans un premier temps, cette personne sera active, mais de façon irrégulière. Une pratique irrégulière peut signifier qu'un individu fait de l'activité physique pendant une ou deux saisons et qu'il est inactif le reste de l'année. On peut être actif de façon irrégulière aussi en ne faisant de l'activité que quelques fois, de temps en temps, deux ou trois fois par mois.

Le troisième niveau de pratique introduit la notion de régularité. Un individu actif physiquement, de façon régulière, est celui qui fait de l'activité physique à raison de 20 minutes, trois fois par semaine et plus pendant 10 mois ou plus par année, presque sans interruption. Dans cette catégorie de pratiquant, on retrouve deux sous-catégories: les gens actifs régulièrement, mais de façon non autonome et les gens qui jouissent de l'autonomie complète dans leur pratique d'activité physique. Autonome signifie que l'individu est capable d'organiser lui-même son programme d'activité physique et qu'il est en mesure de l'organiser de façon telle qu'il pourra améliorer son niveau de condition physique.

Ce n'est qu'à partir du début de ce troisième niveau qu'on peut commencer à parler d'amélioration du niveau de condition physique auprès d'un individu donné. Si la personne a décidé d'améliorer son niveau de condition physique par la pratique de l'activité physique, il lui faudra désormais tenir compte de l'intensité de la pratique ainsi que de la dépense énergétique associée à chacune des activités physiques.

Pour Kino-Québec, une intensité minimale pour améliorer le niveau de condition physique d'un individu se situe autour de 60% de la capacité aérobique maximale de cet individu.

1.7 Les secteurs d'intervention de Kino-Québec

Cette classification que s'est donnée Kino-Québec permet d'identifier la nature des actions qu'il se doit de mener auprès de la population québécoise. Dépendamment du niveau de pratique (ou de non pratique) d'une clientèle, l'action de Kino-Québec doit s'adapter en conséquence.

C'est ainsi que pour intervenir spécifiquement auprès des clientèles, Kino-Québec a identifié cinq grandes avenues qu'il lui faut emprunter.

Ainsi, pour la personne non sensibilisée ou inactive et sensibilisée, Kino-Québec aura des actions de sensibilisation dont le but sera de faire la promotion de la pratique de l'activité physique. Le champ d'intervention de ce dossier sera délimité par les objectifs particuliers suivants: faire prendre conscience aux Québécois/ses de leurs besoins en regard de leur condition physique; faire ressortir les bienfaits reliés à la pratique régulière de l'activité physique.

Pour la personne qui a décidé d'être active physiquement ou pour celle qui l'est déjà, mais qui a besoin d'être aidée, Kino-Québec aura des préoccupations d'encadrement de ces individus et le but poursuivi sera de soutenir les Québécois/ses dans la pratique d'activités physiques adaptées aux diverses circonstances de leur vie. Le champ d'intervention de ce secteur est identifié par les objectifs particuliers suivants: rendre disponible des types de contenu de programmes d'activité physique; offrir aux intervenants locaux des modes d'encadrement du participant en activité physique (quel que soit son niveau).

Pour la personne active de façon régulière et qui a décidé d'améliorer son niveau de condition physique, Kino-Québec aura des préoccupations dans le secteur de l'évaluation de la condition physique. Cette intervention aura comme but d'encourager les Québécois/ses à atteindre progressivement des niveaux de condition physique compatibles avec l'âge, le sexe et les exigences de l'état de vie.

2. LA CONCERTATION: UN OUTIL DE DÉVELOPPEMENT

Puisque Kino-Québec veut faire partager ses objectifs par les organismes locaux à la grandeur du Québec, il lui faut mettre de l'avant des mécanismes à cet effet. Kino-Québec s'est donc appuyé sur la notion de concertation. Au cours des années, on a pu préciser ce que signifiait la notion de concertation dans le cadre du programme Kino-Québec. Au M.L.C.P., la concertaiton est perçue sous trois volets distincts. Un premier consiste à faire partager les objectifs de Kino-Québec par les intervenants à tous les niveaux qui sont un tant soit peu concernés par la finalité de Kino-Québec. Partager signifie ici que les intervenants sont invités à faire leurs les objectifs de Kino-Québec en les intégrant à leur programmation institutionnelle. Un deuxième volet consiste à mettre en commun des ressources afin d'atteindre des objectifs partagés ou de réaliser des actions communes. Qu'il s'agisse de ressources financières, matérielles ou humaines, il suffit de vouloir favoriser cette mise en commun. Enfin, un troisième volet sous lequel la concertation peut être envisagée est celui qui favorisera une adaptation des programmes de Kino-Québec et des stratégies particulières auprès des clientèles. Cette adaptation est faite dans le but de rentabiliser au maximum les retombées de ces programmes auprès des intervenants locaux.

La concertation, telle que nous venons de la décrire, ne peut être vécue que grâce à une démarche volontaire de l'ensemble des intervenants concernés par l'amélioration de la condition physique de la population. Chaque partenaire doit conserver son entière autonomie et respecter les positions des uns et des autres. La concertation est basée également sur la confiance mutuelle.

Contrairement à ce qu'on a pu croire, la concertation n'est pas un but en soi, qu'il faut viser coûte que coûte. C'est plutôt un moyen qui favorisera l'atteinte d'objectifs contribuant au développement de l'action de Kino-Québec.

La maturation de cette notion de concertation depuis la création de ce programme a permis de constater qu'il n'y a pas qu'une seule façon d'utiliser et de vivre la concertation.

En effet, dépendamment des types d'organismes ou de milieux avec lesquels des liens sont établis, il y aura lieu de procéder différemment. Nous avons identifié trois types d'organismes qui nécessitent davantage un modèle de concertation plutôt qu'un autre.

a) Des organismes de services

Ce sont des organismes dans des secteurs particuliers comme l'éducation, la santé ou le secteur municipal, qui offrent des services de tous genres, à des clientèles diversifiées (Exemples: CLSC, commission scolaire, municipalité).

b) Des organismes ou regroupements populaires

Ce sont des organismes ou des regroupements populaires où se retrouvent des individus ou des clientèles particulières autour d'intérêts et de besoins communs. Ces regroupements (AFEAS, club d'âge d'or), utiliseront des services offerts par des organismes du premier type.

c) Des organismes identifiés à des milieux de vie

Ce sont des organismes qui représentent pour des individus particuliers des lieux où ils travaillent et où ils vivent. Ces lieux sont caractérisés par la durée où ils sont utilisés et ils ont une influence sur les individus qui s'y retrouvent (Exemples: une entreprise, un centre d'accueil pour personnes âgées).

Il est reconnu de plus qu'il peut et doit exister des modèles différents de concertation applicables en fonction des organismes et des milieux concernés. Ainsi, la concertation pourra être vécue autour de groupes mis en place par l'organisme responsable du module. Ils seront permanents ou ad hoc en fonction de projets bien particuliers à court terme. Le groupe serait permanent dans le cas par exemple où on voudrait se donner des stratégies d'intervention communes. Une deuxième façon de faire en sorte que l'action de Kino-Québec soit l'objet d'une démarche concertée, est de participer à des groupes de concertation déjà existants dans son milieu, ceux-ci ayant été mis en place par des organismes de divers secteurs. Enfin, une troisième façon de nous concerter avec nos partenaires est de provoquer des rencontres individuelles avec l'un ou l'autre.

Après quelques années d'évolution, nous sommes à même de constater qu'il est tout à fait illogique de vouloir se concerter sans qu'il y ait un objet de concertation. Ce fut un peu l'erreur du début. Ce qu'il faut privilégier c'est que la concertation peut se vivre autour de démarches à plus ou moins long terme comme autour de projets spécifiques et très ponctuels. Cette dernière concertation est beaucoup plus facile à vivre que la première.

Nous croyons que pour faire partager la mission de Kino-Québec, il faut d'abord procéder par des projets concertés ponctuels. Cette démarche conduira éventuellement les partenaires de Kino-Québec à planifier, de façon concertée, les stratégies d'intervention dans le secteur de l'amélioration de la condition physique et à pouvoir répondre à la question: Qu'est-ce qu'ensemble on peut faire pour améliorer la condition physique de nos citoyens/nes?

Le ministère du Loisir accorde donc une importance capitale à cette notion de concertation qui se veut un outil de développement pour le Mouvement Kino-Québec. En mettant en place Kino-Québec le M.L.C.P. ne voulait pas créer une nouvelle structure qui aurait été parallèle à d'autres déjà existantes. Il fut également exclus que Kino-Québec soit une action centralisée provenant uniquement du Gouvernement et tout à fait déconnectée de ce qui se passe réellement dans le milieu, ignorant même jusqu'à ses besoins particuliers. Le principe de la concertation est tout à fait justifié.

Une action concertée permettra de répondre davantage aux besoins des populations et suscitera un dynamisme des intervenants locaux qui ne pourra être égalé puisqu'ils auront fait leurs les objectifs de Kino-Québec. Comme l'amélioration de la condition physique ne passe pas uniquement par le biais de la pratique de l'activité physique et que d'autres habitudes de vie sont concernées dans cette démarche, il y a pertinence de collaborer avec d'autres secteurs comme celui de la santé ou de l'éducation.

La notion de concertation n'est pas farfelue; c'est la pierre angulaire qui soutient toute la démarche de Kino-Québec. Elle est difficile à appliquer et il ne faut pas en attendre les résultats concrets trop rapidement. C'est une préoccupation à long terme. Il faut y aller petit à petit. Il faut se faire connaître; il faut vendre son discours; il faut essayer de petites actions sans

trop d'envergure et finalement, un jour, sans trop s'en apercevoir, on sera tous partie prenante d'une planification globale, chacun dans son milieu, par rapport à l'amélioration de la condition physique.

3. LA STRUCTURE ET LES MÉCANISMES DE FONCTIONNEMENT DE KINO-QUÉBEC

3.1 Structure de fonctionnement au M.L.C.P.

a) Le cabinet du ministre

Le ministre fait connaître les volontés gouvernementales à son ministère.

b) Le cabinet du sous-ministre

Le sous-ministre voit à ce que le M.L.C.P. applique les volontés gouvernementales en matière d'activité physique et alloue les ressources budgétaires.

c) La direction générale de l'activité physique et du sport

Le directeur général définit l'orientation générale du programme Kino-Québec.

d) La direction de l'activité physique

Le directeur précise l'orientation du Mouvement Kino-Québec et les conseillers/ères Kino définissent le cadre opérationnel du programme Kino-Québec et voient à son application.

Cette équipe Kino-Central conçoit le programme national Kino-Québec en considérant les besoins du milieu. En s'appuyant sur des comités d'experts, elle met en application le plan d'action national et l'évalue. Elle assume une révision périodique des objectifs et moyens retenus par le programme Kino-Québec et procède aux modifications le cas échéant.

L'équipe Kino-Central est constituée des conseillers/ères Kino qui ont comme responsabilités de:

- participer à l'élaboration et à l'orientation du programme Kino-Québec;

- soutenir les éléments de la politique globale du Mouvement Kino-Québec tant au niveau national que local et régional;

- agir comme personnes-ressources auprès des Modules-Kino;

- agir comme porte-parole des Modules-Kino auprès de l'équipe Kino-Central et vice versa;

- s'assurer d'une bonne utilisation des ressources consenties aux Modules-Kino par le M.L.C.P.;

- assumer la responsabilité des dossiers qui leur sont confiés au sein de l'équipe Kino-Central.

L'équipe Kino-Central se dote d'un mécanisme qui lui permettra de consulter, coordonner et concerter les partenaires privilégiés au niveau national. Ce mécanisme permettra également de recueillir les rétro-informations nécessaires au développement de Kino-Québec. Ce mécanisme sera connu sous le nom de: Conseil consultatif de Kino-Québec.

3.2 Les mécanismes d'application dans le milieu

Lorsque le Gouvernement a mis sur pied le programme Kino-Québec, il a tenu compte de certains principes qui, par la suite, ont influencé la structure de fonctionnement du programme:

- il fallait respecter les caractéristiques de chaque milieu à la grandeur du territoire québécois;

- il désirait que le programme ne soit pas uniquement l'affaire du M.L.C.P., mais bien celle des organismes du milieu; il voulait compter sur les dynamismes locaux, reconnaissant que c'était à eux de se prendre en charge;

- il ne voulait pas mettre en place une nouvelle structure qui aurait été parallèle et marginale;

- il voulait utiliser au maximum les ressources existantes dans le milieu.

En conséquence, le M.L.C.P. propose les grandes orientations d'un programme, en définit ses objectifs généraux et en précise ses lignes de conduites. Le M.L.C.P. établit donc les balises qui guideront les organismes du milieu dans leur intervention dans le secteur de l'amélioration de la condition physique.

De façon particulière, il a mis en place un mécanisme connu sous le nom de Module-Kino. Les Modules-Kino sont au nombre de cinquante et un, répartis partout sur le territoire québécois.

3.2.1 Le Module-Kino

Le Module-Kino a reçu du M.L.C.P. le mandat d'appliquer au plan local le programme Kino-Québec en prenant appui sur les orientations générales que lui proposent le Ministère.

Le Module-Kino est constitué de trois composantes distinctes: le/la responsable du module; le/la coordonnateur/trice du module; des représentants/tes d'organismes partenaires privilégiés.

a) **Le/la responsable du module** se voit confier les responsabilités suivantes:

- susciter une concertation véritable entre les principaux organismes préoccupés par le dossier de la condition physique de la région, dans le but de partager les objectifs de Kino-Québec;

- s'assurer que ces principaux organismes participent à l'élaboration du plan d'intervention du module;

- approuver le plan annuel d'intervention du module;

- solliciter la collaboration des organismes locaux pour la réalisation du plan d'intervention;

- se conformer aux exigences administratives du M.L.C.P.;

- s'assurer que le plan de travail élaboré par le coordonnateur/trice de module soit conforme au plan d'intervention du module;

- superviser le travail du coordonnateur/trice, c'est-à-dire voir à ce que le travail effectué par le coordonnateur/trice respecte son plan de travail;

- évaluer le module conjointement avec les principaux organismes, le/la coordonnateur/trice et le/la conseiller/ère Kino;

- communiquer au conseiller/ère Kino les améliorations à apporter au programme national.

b) Le/la coordonnateur/trice du module est un/une spécialiste en activité physique qui a des rôles de promotion, de concertation et de personne-ressource auprès des divers intervenants de son milieu; il doit voir à appliquer le plan d'action annuel du module et plus particulièrement:

- informer les organismes du milieu sur les objectifs du programme Kino-Québec;

- informer les organismes du milieu sur le support que le coordonnateur/trice peut leur offrir;

- inciter les organismes concernés à mettre en commun et à partager leurs ressources pour améliorer la condition physique du plus grand nombre de Québécois/ses par la pratique de l'activité physique;

- informer la population sur le programme Kino-Québec, ses objectifs et sur les activités du Module-Kino;

- fournir les programmes de Kino-Québec aux groupes intéressés par la condition physique;

- offrir aux organismes et groupes concernés l'expertise nécessaire leur permettant d'intervenir dans le secteur de l'amélioration de la condition physique;

- inciter les organismes et groupes concernés à rendre accessible un éventail de programmes d'activités physiques à des clientèles diversifiées;

- inciter les organismes et groupes non impliqués dans la réalisation de programmes d'activité physique à adopter une attitude positive en regard de la pratique régulière de l'activité physique;

- inciter les organismes à s'impliquer dans des projets particuliers; (Le Rendez-Vous Kino, le Centre-Kino, Kino-Santé, etc.);

- participer à la coordination des activités régionales du programme Kino-Québec;

- aider à l'organisation de programme d'activité physique en cas de pénurie de ressources ou de lancement de nouveaux programmes;

- analyser les réactions des organismes sur le programme Kino-Québec et en fournir les résultats à Kino-Québec Central;

- apprécier les effets des activités du module auprès des diverses clientèles et utiliser ces renseignements pour reviser son plan d'action;

- identifier les besoins et les attentes des organismes et des groupes et fournir ces informations à Kino-Québec Central;

- à la demande de Kino-Central, fournir des renseignements sur les dossiers soumis à la consultation des modules.

Pour assumer les rôles et fonctions décrites précédemment, le coordonnateur/trice se voit confier les responsabilités suivantes:

- assumer la responsabilité de l'élaboration du plan d'intervention du module;

- faire participer les principaux organismes préoccupés par le dossier de la condition physique dans la région, à l'élaboration du plan d'intervention du module;

- faire approuver le plan d'intervention du module par le/la responsable du module;

- élaborer son plan de travail à partir du plan d'intervention du module et en conformité avec ce dernier;

- soumettre son plan de travail au responsable de module pour approbation;

- réaliser son plan de travail en collaboration avec les organismes concernés;

- rédiger annuellement un rapport d'activités du module, suite à la réalisation du plan d'intervention;

- participer à l'évaluation du module.

c) Représentants/tes d'organismes partenaires privilégiés

Enfin, la troisième partie constituante du Module-Kino, les représentants/tes d'organismes partenaires privilégiés, se voit confier les responsabilités suivantes:

- participer en collaboration avec le responsable et le coordonnateur/trice de module à l'élaboration du plan d'intervention;

- endosser le plan d'intervention du module;

- collaborer via leurs organismes à la réalisation du plan d'intervention;

- inciter tous les autres organismes oeuvrant dans le domaine à participer à la réalisation du plan d'intervention du module.

3.2.2 Les organismes du milieu

Le Module-Kino doit appliquer, dans son milieu, le programme Kino-Québec en collaboration avec les organismes locaux. En plus des organismes privilégiés qui constituent le module, celui-ci doit intervenir auprès de tous les autres organismes

pour leur faire partager les objectifs de Kino-Québec au profit de leur clientèle respective.

Tous ces organismes sont incités à collaborer dans la mesure des moyens dont ils disposent à l'atteinte des objectifs de Kino-Québec. Ils sont sollicités pour contribuer à la réalisation du plan d'intervention Kino dans leur organisme et auprès des intervenants qu'ils représentent.

3.2.3 Le Centre-Kino

Comme le Module-Kino intervient auprès des organismes et intervenants locaux, Kino-Québec a développé un mécanisme connu sous le nom de Centre-Kino. Le Centre-Kino est donc un mécanisme qui permet à l'intervention de Kino-Québec de rejoindre directement la population. C'est un mécanisme géré par un organisme local et qui a comme mandat d'offrir à la population des services spécialisés en activité physique. Chaque région du Québec a besoin de ces centres spécialisés pour offrir à la population des services que nous ne retrouvons pas généralement dans des centres sportifs. Le Centre-Kino offre des services d'évaluation de la condition physique, de prescription de programme d'activité physique, de documentation, d'encadrement de certains programmes très spécialisés reliés à la pratique de l'activité physique et à l'amélioration du niveau de condition physique.

4. L'ANALYSE DE SITUATION GÉNÉRALE ET LES PERSPECTIVES À COURT ET MOYEN TERME

On pourra lire dans les pages qui suivent une analyse de situation générale basée sur les informations disponibles à date concernant trois éléments distincts. On analyse d'abord les attitudes et comportements de la population face à la pratique de l'activité physique. Dans un deuxième temps, l'ensemble des productions de Kino-Québec sera l'objet de cette analyse. Finalement sera considérée la structure de fonctionnement de Kino-Québec.

4.1 Analyse et perspectives en regard des attitudes et les comportements de la population face à la pratique de l'activité physique

Situation actuelle

Plusieurs études et enquêtes ont été réalisées au cours des dernières années tant au niveau québécois que canadien en regard de la participation de la population à l'activité physique dans ses moments de loisirs. La dernière enquête complétée en 1981 (ECPC) touche l'ensemble de la population canadienne. Les résultats, même s'ils ne sont pas tous publiés, nous fournissent à ce jour des indications encourageantes en ce qui a trait à la perception et aux comportements de la population face à l'activité physique et à la condition physique. Nous avons considéré que les résultats pouvaient s'appliquer à la population québécoise dans son ensemble quoiqu'une analyse approfondie des données applicables au Québec devra être faite dès qu'elles seront accessibles.

Parmi les données disponibles, on observe que:

a) en regard des taux de participation de la population à l'activité physique

- en 1976, 53% de la population âgée de 14 ans et plus, signalait avoir pratiqué une activité sportive quelconque pendant l'année précédente alors que ce pourcentage était de 76% en 1981. (La marche et le jardinage sont inclus);

- environ 50% de la population âgée de 20 ans et plus est considérée active (3 heures/semaine en moyenne, 9 mois/année);

- environ 37% de la population âgée de 20 à 59 ans et 23% chez les 60 ans et plus est considérée moyennement active (moins de 3 heures/semaine, 9 mois/année ou 3 heures/semaine en moyenne, moins de 9 mois/année);

- environ 8% des 20 à 39 ans, 13% des 40 à 59 ans, 21% des 60 ans et plus est considérée sédentaire (moins de 3 heures/semaine et moins de 9 mois/année);

- les personnes âgées de 65 ans et plus ont triplé leur participation (de 13 à 38%).

b) <u>en regard de la motivation des participants et de leur attitude face à la pratique de l'activité physique</u>

- de façon générale, les gens s'adonnent à des activités physiques dans leurs moments de loisir principalement pour se sentir mieux sur le plan physique et mental (60%). La recherche d'un sentiment de bien-être et d'une bonne santé domine cinq des dix raisons mentionnées. Le contrôle du poids est une raison importante (61%) chez tous les groupes d'âge sauf chez les 65 ans et plus.

Les raisons sont par ordre d'importance:

. se sentir mieux	(60%)
. le plaisir	(44%)

. contrôler son poids	(42%)
. plus de souplesse	(40%)
. se détendre	(34%)
. la camaraderie	(24%)
. ordonnance du médecin	(23%)
. relever un défi	(21%)
. le défi d'apprendre	(20%)
. les conseils d'un expert en conditionnement physique	(19%)

Soulignons toutefois que ces motifs peuvent varier d'une catégorie d'âge à l'autre.

- par contre, le manque de temps est la raison la plus souvent évoquée pour ne pas accroître la fréquence de participation;

- 46% de la population est d'avis que l'activité régulière est très importante et 78% souhaite augmenter son niveau de participation;

- quant à l'importance de l'activité physique et des autres comportements liés à la santé, l'activité physique se classe au 7e rang après le sommeil adéquat, l'alimentation, les soins médicaux et dentaires, l'abstinence du tabac, le contrôle du poids et la maîtrise du stress.

c) <u>en regard des activités les plus populaires</u>

- cinq des six activités les plus prisées sont les mêmes pour les adolescents que pour l'ensemble de la population. Ce sont:

. la marche
. le jogging ou la course
. les exercices à domicile

. le cyclisme
. la natation

- la liste des activités favorites est demeurée essentiellement la même depuis les enquêtes précédentes. De toutes les activités comparables, le hockey sur glace est la seule qui n'ait pas augmenté proportionnellement à la population.

d) <u>en regard du niveau de condition physique</u>

Il existe plusieurs dimensions de la valeur physique qui peuvent nous indiquer le niveau général de condition physique de la population. Le niveau de la condition cardio-vasculaire (condition aérobie) est de l'avis des experts, l'élément le plus important de tous et il se maintient par des activités telles le jogging, le cyclisme, le ski de randonnée.

La mesure de la puissance aérobie s'appuie sur l'aptitude du coeur et des poumons à transmettre efficacement aux muscles l'oxygène dont ils ont besoin pour produire l'énergie. Dans le cadre de l'enquête (ECPC), le physitest normalisé fut utilisé pour évaluer le niveau de condition physique des individus. Les résultats de ces tests ont permis de définir trois niveaux de la condition cardio-vasculaire, soit les niveaux non souhaitable, minimal et recommandé.

<u>Le niveau minimal</u> correspondait à un effort de 70% de la capacité théorique maximale d'un sujet de l'âge considéré; <u>le niveau non souhaitable</u> correspondait à un effort de 70% d'un autre individu qui serait son aîné de 10 ans; et <u>le niveau recommandé</u> correspondait à un effort de 70% de la capacité d'une personne de 10 ans plus jeune. Pour les catégories d'âge de 60 à 69 ans, le niveau recommandé se rapporte au rythme cardiaque de 138.

Les principaux résultats sont:

. 46% de la population a un niveau recommandé d'endurance cardio-vasculaire

. un tiers a un niveau non souhaitable

. les personnes de sexe masculin ont de meilleurs résultats que celles du sexe féminin (52% contre 39% au niveau recommandé)

. on a noté une performance médiocre chez les sujets de sexe masculin âgés de 20 à 29 ans. Ils sont au bas d'un forte pente qui commence à l'âge de 13 ans.

Les données indiquées précédemment sont partielles et difficilement comparables avec des données recueillies antérieurement car les méthodes utilisées et les définitions retenues pour classer les participants pouvaient varier d'une enquête à l'autre.

Néanmoins, l'enquête de 1981 nous indique en somme que le Québec accuse un retard sur les autres régions du Canada et il se doit de prendre les mesures pour combler ce retard. D'autre part, les informations disponibles soulignent l'importance de regrouper la population en fonction de caractéristiques spécifiques et d'élaborer en conséquence des scénarios d'intervention en fonction des groupes de population identifiés.

Les mêmes données de l'enquête, puisqu'elles considèrent l'ensemble de la population canadienne, nous indiquent qu'il y a eu un accroissement de la participation à l'activité physique. C'est donc dire que les actions posées à ce jour par l'ensemble des intervenants pour accroître cette dimension sont une indication de leur valeur. D'autres études nous permettront d'en saisir toutes les dimensions.

Situation désirée

Comme il a été indiqué précédemment, le Québec se devra de prendre les mesures pour réduire le ou les écarts qui le séparent par rapport à l'ensemble de la population canadienne. A la lumière des informations disponibles à même les enquêtes réalisées par le M.L.C.P. et des informations à venir provenant de l'enquête Condition Physique Canada, il y aura lieu d'identifier à l'aide des principaux intervenants intéressés au dossier de la condition physique, les stratégies à développer et les actions à réaliser en fonction des segments de la population et des caractéristiques locales et régionales.

Il y aura également lieu de maintenir à jour les informations publiées régulièrement sur le sujet de la condition physique en systématisant la cueillette d'informations et en se donnant des indicateurs de performance de façon à alimenter les organismes du milieu pour qu'ils puissent en retour, offrir à leurs populations locales des programmes sur mesure.

4.2 Analyse et perspectives en regard des productions de Kino-Québec

4.2.1 Les actions de sensibilisation

Situation actuelle

Globalement, le but recherché par des actions de sensibilisation était de faire la promotion de la pratique régulière de l'activité physique auprès de l'ensemble de la population en faisant ressortir les bienfaits reliés à l'activité physique et les be-

soins des Québécois/ses en regard de leur niveau de condition physique.

On constate que depuis sept ans, la population est beaucoup plus sensibilisée à la nécessité de la pratique de l'activité physique, mais ne pratique pas pour autant davantage l'activité. On en connaît les bienfaits, on y attache une certaine valeur quant à l'amélioration de la santé, mais on ne se sent pas encore tout à fait concerné.

A l'analyse, il ressort que l'ensemble des actions de communications que Kino-Québec (au ministère et dans les modules) a entreprises ont contribué à améliorer sa connaissance auprès du public ainsi que la confiance que la population pouvait avoir en lui pour diffuser un tel message. Ainsi, la notoriété de Kino-Québec s'est accrue depuis sa création de telle sorte que Kino-Québec est un excellent véhicule pour diffuser le message relatif à l'amélioration de la condition physique au Québec (45% de la population connaissait Kino-Québec en 1979 tandis que 51% le connaissait en 1982). Le dépliant"Kino au jour le jour" avait comme objectif spécifique de faire connaître le Mouvement Kino. Un meilleur véhicule aidera à diffuser le message de Kino-Québec.

Situation désirée

En regard de ses actions futures, pour l'ensemble des activités de sensibilisation, Kino-Québec verra à poursuivre l'accroissement de sa notoriété notamment par des contacts plus soutenus auprès de la presse, par la réalisation d'une nouvelle campagne publicitaire qui fera davantage appel à la collaboration des médias, par l'intensification de l'aspect relations publiques rattaché au programme Kino-Québec via la Direction des communications de notre ministère, de même que par la production de matériel de

soutien tels affiches d'identification Kino, drapeaux Kino-Québec, kiosques Kino, mascottes supplémentaires Kino, pochettes de presse et réimpression du dépliant "Kino-Québec au jour le jour."

De même, Kino-Québec poursuivra ses efforts de sensibilisation auprès de la population en faisant en sorte que la personne se sente préoccupée personnellement par SA condition physique afin qu'évidemment elle passe enfin à l'action. A cet effet, une stratégie d'utilisation des temps forts de sensibilisation pendant l'année (projet de relance Kino) sera élaborée, un projet de collaboration avec des revues sera poursuivi, voire même intensifié de même qu'un effort particulier de production de matériel de soutien relativement à la sensibilisation sera déployé. L'intensification de la recherche de commanditaires en collaboration avec la compagnie OPTIFORME s'inscrit notamment dans cette voie.

4.2.2 Les activités d'éducation populaire

Situation actuelle

Le but recherché par ce secteur de production est de renseigner davantage les Québécois/ses sur la pratique de l'activité physique de façon efficace, sécuritaire et autonome. Afin d'identifier des moyens de transmettre l'information à la population, un groupe de travail fut mis sur pied. En cours de route, le mandat a quelque peu été modifié et le groupe de travail a déposé un rapport proposant une approche spécifique d'intervention en éducation populaire. Le comité a convenu que l'opérationnalisation du modèle et des outils viendrait plus tard.

Le modèle d'intervention théorique proposé par le comité semble refléter ce que l'ensemble de la démarche de Kino-Québec fait depuis sa création. En effet, l'éducation populaire se situe dans un nouveau contexte et englobe les activités de promotion, de participation et d'évaluation pour devenir un processus, une approche globale visant à rendre les citoyens/nes capables de se prendre en charge et de modifier leur comportement afin d'améliorer leur condition physique. Le rapport déposé, il faut maintenant décider comment il va être mis en application.

Situation désirée

Dans un premier temps, il faut vérifier l'écart ou la concordance entre l'approche suggérée dans le rapport du groupe de travail en éducation populaire et de façon d'intervenir des coordonnateurs/trices dans leur milieu. Un comité a été formé à cet effet et fera des recommandations à Kino-Central. Son rapport sera déposé lors de la rencontre annuelle des coordonnateurs/trices de modules. Le comité profitera de cette rencontre pour recueillir les réactions et les commentaires de ces derniers/ères concernant la nouvelle approche proposée en éducation populaire ainsi que sur les grandes lignes de son rapport préliminaire.

Par la suite, le comité fera rapport à Kino-Central qui décidera des suites à donner à ce rapport.

4.2.3 Les activités de participation

Ce secteur de production vise à soutenir les Québécois/ses dans la pratique d'activités physiques adaptées aux diverses circonstances de leur vie en rendant disponibles des contenus de programmes et des modes d'encadrement du participant en activité physique. Les pages suivantes décrivent les situations

actuelles et désirées des diverses production que Kino-Québec a entreprises.

A) "L'agent de liaison Kino"

Situation actuelle

Le Mouvement Kino s'appuie, au plan national, sur une équipe de permanents (9) émanant du ministère du Loisir. La dynamique nationale procède par le biais de comités permanents et ad hoc ainsi que par un colloque annuel regroupant tous les coordonnateurs et coordonnatrices.

Au plan local, on y trouve 51 modules impliquant plus de 800 organismes locaux appelés à se concerter dans la poursuite des objectifs du Mouvement Kino. Au besoin, ces mêmes modules se coordonnent au plan régional (8) pour mener des actions communes.

Dans le but d'atteindre le dernier palier où on y trouve le citoyen susceptible de participer à la poursuite des objectifs du Mouvement Kino, il nous faut développer une stratégie pour mettre à profit ces milliers de Québécoises et Québécois ayant adhéré à ce nouveau mode de vie qu'est la pratique régulière de l'activité physique.

Ce type de membership individuel se retrouve sous des formes diverses à travers le mouvement associatif. Il constitue habituellement le moteur par excellence du développement de ces mêmes organismes. Dans le sport organisé, ce niveau d'intervention est comparable aux milliers de bénévoles qui constituent les instructeurs de clubs.

Le Mouvement ParticipAction a développé son propre "réseau" au plan canadien. Ses premières percées ne sont pas négligeables. Toutefois, ce type de relation directe avec le citoyen du coin de

la rue nous semble toujours être la responsabilité, au premier chef, d'organismes locaux. C'est dans cette perspective que le Mouvement Kino, par l'entremise de ses modules, se doit de canaliser cet intervenant majeur qu'est le citoyen adepte de la pratique régulière de l'activité physique.

Pour l'instant, certains modules ont expérimenté quelques modèles de membership individuel. Un sondage en 1982 nous avait laissé voir que les modules seraient disposés à mettre sur pied un quelconque réseau de citoyens membres du Mouvement Kino. Le modèle visait à mettre à profit l'approche du programme Kino-Santé où l'obtention de la carte de membre était liée à la pratique régulière de l'activité physique telle que proposée dans ce programme. Un bulletin de liaison à leur intention permettrait à ces derniers de développer leurs connaissances en matière de pratique de l'activité physique et proposerait des modèles d'intervention susceptibles de les faire passer à l'action auprès de leur famille, dans le quartier, à l'usine ou au bureau. On peut facilement imaginer qu'après deux années d'opération, "la filière Kino" compterait plus de 10 000 membres, soit en moyenne 100 membres par module par année. On imagine aussi facilement la force de frappe que représentent ces citoyens "actifs" dans leur quartier, au travail ou pour soutenir des projets d'envergure régionale ou nationale.

Situation désirée

- reviser, au plan national, le modèle d'encadrement susceptible de rallier les intervenants à la base;

- s'associer avec certains partenaires au niveau des mass média pour promouvoir la "filière Kino";

- développer un bulletin de liaison au plan national avec encart au niveau du module à l'intention des membres;

- se donner comme objectif national d'affilier 10 000 membres avant juin 1987;

- développer une gestion du modèle qui soit à la fois national et modulaire;

- évaluer l'impact du projet de façon rigoureuse après deux ans d'opération.

B) Kino-Rythmique

Situation actuelle

La Kino-Rythmique est un manuel de base d'enseignement de la danse aérobique accompagné de routines. Il a été publié en 1980 et distribué auprès des intervenants/es; des stages de formation ont été donnés en vue de son implantation.

Plus de 400 éducateurs/trices physiques ont été touchés/es par ces stages; la vogue de la danse aérobique a créé de nouveaux besoins: de plus en plus de cours étaient offerts sous l'appellation danse aérobique, même si c'était parfois du conditionnement physique sur musique, de la danse exercice, du physi-rythme ou de la danse tout court. Il devenait de plus en plus difficile de s'y retrouver, c'est pourquoi Kino-Québec a décidé de faire le point sur le dossier.

Situation désirée

Kino-Québec souhaite que l'individu désirant améliorer sa condition physique via la danse aérobique sache choisir un programme adéquat et sécuritaire; que l'intervenant en danse aérobi-

que qui désire améliorer la condition physique de ses clients par ce moyen puisse respecter certains principes de développement; et que la personne qui engage un intervenant en danse aérobique pour l'amélioration de la condition physique sache quelles caractéristiques il doit rechercher chez cet individu. Un groupe de travail a conçu un nouveau document qui s'adresse à l'intervenant en danse aérobique. A cette fin, nous publierons un guide pratique de la danse aérobique faisant le point sur ces sujets; un dépliant vulgarisé destiné à la population viendra compléter l'intervention souhaitée par Kino-Québec.

C) Le Parcours Kino

Situation actuelle

Jusqu'à ce jour l'existence de parcours de conditionnement physique a été fonction d'initiatives personnelles et isolées.

Les parcours ont été aménagés généralement de façon assez hétéroclite. L'achalandage des parcours est habituellement de courte durée et ils sont rapidement délaissés par la population.

Le manque de promotion et d'animation semblent être les principales causes de non fréquentation des parcours existants. Plusieurs organismes désirent savoir comment aménager un parcours.

Le M.L.C.P. a développé un concept de parcours de conditionnement physique (parcours Kino) adaptable aux environnements physiques locaux.

Situation désirée

Des renseignements sur la conception et l'aménagement du parcours Kino seront transmis aux organismes locaux ainsi qu'un guide d'animation.

Le M.L.C.P. pourra apporter une assistance financière pour l'aménagement de ces parcours.

D) Le Kino-Pop

Situation actuelle

La population québécoise, en particulier sa portion adulte est plutôt sensibilisée aux bienfaits de la pratique de l'activité physique et à la nécessité pour elle d'être active physiquement. Au-delà de 80% de la population est sensibilisée, mais seulement une personne adulte sur deux est active régulièrement. La clientèle adulte du Québec fait de temps en temps de l'activité physique dans une proportion d'environ 60%; la marche étant considérée comme une activité physique. On s'aperçoit ainsi que l'ensemble de la population a plutôt une attitude positive face à l'activité physique mais n'est pas suffisamment active pour autant.

L'analyse de la situation nous indique que les gens inactifs ont besoin d'un support quelconque pour les aider à prendre la décision de faire de l'activité physique. Il a été clairement identifié que les gens ont besoin d'un certain encadrement dans les premières semaines où ils essaient ce nouveau comportement. Un encadrement trop lourd et trop complexe n'est pas approprié pour quelqu'un qui n'a jamais pratiqué l'activité physique.

Il existe présentement de nombreux programmes d'activités physiques offerts par plusieurs organismes publics et privés. Ces programmes s'adressent particulièrement à ceux et celles pour qui l'activité physique est déjà entrée dans leur schème de valeurs. Il est apparu enfin, que les programmes existants n'offraient à peu près pas d'encadrement adéquat qui aiderait l'individu à acquérir la régularité dans sa pratique d'activité physique.

Un groupe de travail mis en place par Kino-Québec a élaboré un cadre de référence qui identifie le type d'encadrement nécessaire pour chacun des niveaux de pratique de l'activité physique.

Situation désirée

Kino-Québec a l'intention de faire connaître le cadre de référence de telle sorte que les Modules-Kino et leurs partenaires locaux puissent se l'approprier et puissent ajuster leurs modes d'encadrement en fonction du niveau de pratique de leurs clientèles.

Kino-Québec, en collaboration avec l'expertise du milieu, entend développer des modèles d'encadrement appropriés pour les gens qui veulent passer à l'action et qui n'ont à peu près jamais eu de préoccupations pour l'amélioration de leur niveau de condition physique.

4.2.4 Les activités d'évaluation de la condition physique

Le but de ce secteur de production est d'encourager les Québécois/ses à atteindre progressivement des niveaux de condition physique compatibles avec l'âge, le sexe et les exigences

de l'état de vie. De façon plus particulière, les objectifs sont de permettre aux Québécois/ses de mesurer leur niveau de condition physique et d'interpréter les résultats des tests, de valoriser l'atteinte et le maintien de divers niveaux de condition physique.

Pour atteindre ces objectifs, Kino-Québec a opté pour une classification reposant sur trois situations types d'évaluation: L'auto-évaluation ou évaluation-maison (où l'individu peut lui-même s'évaluer), l'évaluation de type populaire (où l'intervenant doit évaluer plusieurs personnes en même temps lors, par exemple, de foires ou de manifestations populaires) et l'évaluation de type laboratoire (où l'intervenant n'évalue qu'un individu à la fois).

Kino-Québec a produit un recueil de tests (TECPA) et l'a distribué aux intervenants locaux. Depuis, de nouveaux tests ont été développés et quelques erreurs ont été repérées dans les TECPA. Une nouvelle édition revue et corrigée s'impose. Il a ensuite produit un dépliant d'auto-évaluation s'adressant à la personne inactive dans le but de la rendre consciente de ses besoins en regard de sa condition physique. Une trousse d'auto-évaluation pour la personne active et une trousse d'évaluation pour l'intervenant en situation d'évaluation populaire ont été conçues.

Toutefois, la production de ces deux trousses est reliée à une question budgétaire; lorsque les ressources seront disponibles, elles pourront être produites et diffusées.

Il a été constaté d'autre part que l'administration des tests d'évaluation de la condition physique était confiée à différents personnels dont les qualifications et l'expérience en matière d'évaluation variaient énormément.

Afin de s'assurer d'une qualité minimale du personnel qui intervient dans l'administration des tests d'évaluation de la condition physique et afin de s'assurer que les organismes qui offrent des services d'évaluation de la condition physique puissent garantir des normes minimales de qualité, Kino-Québec envisage la possibilité de s'associer au projet de certification et accréditation en évaluation de la condition physique de l'Association canadienne des sciences du sport pour appliquer au Québec une politique de certification du personnel et d'accréditation des centres d'évaluation.

Situation désirée

Kino-Québec verra à mettre à jour le recueil des TECPA et à en augmenter le nombre de tests disponibles. Une démarche de recherche de fonds disponibles (via la commandite) devra être mise de l'avant afin de concrétiser la publication de cet instrument. Une bonne mise en marché devra suivre le tout.

Kino-Québec poursuivra également ses démarches pour publication des deux trousses (auto-évaluation par l'individu de même que l'évaluation populaire par l'intervenant) moyennant le soutien financier de commanditaires.

C'est finalement tout le dossier relatif à la certification et à l'accréditation qui retiendra la majeure partie de l'attention de Kino-Québec relativement à l'évaluation de la condition physique. L'analyse des besoins en ce sens sera complétée, l'association avec le comité de certification québécois sera complétée le cas échéant, le développement de critères adoptés au Québec sera réalisé et, dans cette foulée, l'application du programme suivra.

4.2.5 Les activités de perfectionnement

Inciter les gens à faire de l'activité physique parce qu'ils ont des besoins particuliers d'amélioration de leur condition physique donne lieu à la création de nouveaux services qui sollicitent divers types de personnel d'encadrement. A cet effet, le marché actuel du travail ne répond pas totalement aux besoins. Nous avons d'une part les spécialistes de l'activité physique gradués des universités qui, dans le passé, ont été formés surtout pour l'enseignement. Mais le gradué en activité physique qui veut intervenir dans un milieu, une collectivité donnée, amener les gens à prendre conscience de l'importance de l'activité physique et surtout à s'y adonner de façon régulière, doit faire appel à des connaissances, des modes d'intervention, des stratégies avec lesquelles il n'est pas toujours familier telles que l'animation, le marketing et la communication, le travail de groupe, l'organisation communautaire.

Il existe par ailleurs d'autres catégories de personnes qui interviennent à divers titres dans l'animation du milieu, mais qui ne possèdent pas de notions ou d'expertise suffisantes en ce qui a trait à l'amélioration de la condition physique.

Un comité de travail a été mis en place afin de trouver des solutions à ce problème très vaste du perfectionnement. Le comité a commencé à identifier les rôles et fonctions de ceux qui interviennent à divers titres (à l'exception des coordonnateurs), ainsi que leurs besoins en perfectionnement.[9] Dans la même veine, une stratégie d'intervention a été ébauchée. Le comité a par ailleurs élaboré une démarche pour les coordonna-

---

9 "Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche", rapport intitulé: Les besoins en perfectionnement de différents intervenants en activité physique dans trois régions du Québec, juin 1983.

teurs/trices qui devrait les aider dans l'organisation et la planification du perfectionnement des intervenants de toutes catégories dans leur milieu.

De son côté, Kino-Central a décidé de mettre l'accent sur une certaine forme d'"in service training" pour ses coordonnateurs/trices sur des dossiers qu'il développe et privilégie (milieu de travail, plans d'action, éducation populaire, etc.). Par ailleurs, Kino-Central veut également diffuser la plus d'informations possible concernant les sessions de perfectionnement offertes dans diverses institutions qui peuvent s'avérer utiles ou pertinents pour les coordonnateurs/trices.

Situation désirée

Devant l'ampleur du sujet et les démarches entreprises à date, le comité a décidé de privilégier les interventions suivantes afin d'être en mesure de proposer un plan d'ensemble qui permettra aux différentes catégories de participants d'avoir accès au genre de perfectionnement qui leur convient:

a) devant la difficulté de pouvoir cerner la situation réelle des intervenants en terme de quantité, de formation et du genre d'interventions qu'ils effectuent, un inventaire systématique de ces intervenants et de leurs fonctions sera élaboré dans tous les Modules-Kino du Québec;

b) Kino-Québec procèdera également à l'inventaire des sessions de perfectionnement existant tant dans le réseau formel de l'éducation (université, cégep, C.S.R.) que dans les organismes de sport et de loisir afin de fournir, deux fois par année, à toutes les catégories d'intervenants une liste de programmes auxquels ils pourront s'inscrire selon leurs besoins de perfectionnement;

c) Kino-Québec identifiera les "savoir" et les "savoir-faire" nécessaires pour accomplir les tâches qu'assument les différentes catégories d'intervenants. Ces profils serviront par la suite de référence pour vérifier l'adéquation et la pertinence des programmes existant dans les institutions de formation et pour solliciter de leur part la préparation et la dispensation de programmes sur mesure;

d) Kino-Québec favorisera à l'échelle régionale des formules de perfectionnement simples et efficaces sous forme d'échanges et de rencontres entre les divers intervenants;

e) Kino-Québec développera enfin un réseau d'informations sous forme de banque de fiches ou autrement pour donner du perfectionnement spécifique (in service training) sur des dossiers en développement.

4.2.6 Les adultes en milieu de travail

Situation actuelle

Quelque trois millions de Québécois/ses sont sur le marché du travail. Ces individus vivent dans leur milieu de travail de 35 à 40 heures par semaine et ce, tout au long de l'année. Ce sont des adultes en pleine période de productivité maximale qui sont grandement influencés par ce milieu sous les divers aspects de leur personnalité. Le milieu de travail constitue une excellente voie d'intervention pour rejoindre l'adulte afin de l'amener à se préoccuper de son niveau de condition physique.

Kino-Québec a entrepris, au cours des dernières années, plusieurs interventions auprès du milieu de travail afin de sensibi-

liser, de se donner une expertise personnelle et ainsi d'identifier les éléments d'une problématique.

En 1982, les résultats d'une enquête auprès de 1,111 entreprises de plus de 100 personnes, nous informe sur la présence de programmes de loisir en milieu de travail. Au niveau de l'existence des programmes, il existe un ou plusieurs programmes de loisir dans 57% des entreprises: - les programmes de conditionnement physique existent dans 8%, soit 138 entreprises; les programmes socio-culturels sont offerts dans 21% des entreprises. Nous remarquons que tous ces programmes se retrouvent dans des entreprises dont l'activité économique est classée Finance/Banque/Assurance. Nous notons que les programmes de conditionnement physique sont plus fréquents dans le secteur de l'administration publique. Il ressort que la présence du syndicat n'influence pas le développement de nouveaux programmes.

Au plan financier, les entreprises assurent la totalité des programmes dans 50% des cas et partiellement dans 30%. Tous ces programmes sont accessibles à 96% du personnel. Le taux de participation atteint 71% dans les programmes de conditionnement physique et de 82% dans les autres programmes de loisirs.

Concernant les équipements de loisir et de sports, les entreprises répondent dans 60% des cas au programme de conditionnement physique et dans 46% des cas, elles disposent de ces équipements sur le site même de l'entreprise. Il faut noter que plusieurs répondants sont de grosses multi-nationales situées dans la région de Montréal. En outre, 41% des entreprises offrent les programmes sportifs et récréatifs aux employés/es et possèdent l'équipement, et 18% en ont sur le site même. De plus, nous constatons que des programmes de prévention reliés à l'amélioration des habitudes de vie se retrouvent dans 30% des entreprises.

Afin de se donner une expertise en milieu de travail, Kino-Québec a mis en place, en 1983, un projet-pilote sur l'amélioration de la condition physique auprès des fonctionnaires du M.L.C.P. et résultats furent fort concluants.

La mise en place d'un Comité national sur la condition physique en milieu de travail, regroupant des personnalités d'organismes reconnus, nous a permis d'entreprendre une réflexion au cours des dix-huit (18) derniers mois.

Cette réflexion a donné lieu à l'élaboration d'une méthode d'intervention pour tout intervenant/promoteur prêt à s'impliquer dans une démarche auprès des entreprises afin d'atteindre les groupes d'adultes en milieu de travail.

Situation désirée

Kino-Québec verra à distribuer la méthode d'intervention en milieu de travail auprès des personnes concernées (coordonnateurs/trices de modules et autres promoteurs intéressés à intervenir dans ce milieu). Il vérifiera son niveau d'appropriation et évaluera son contenu après une première phase d'expérimentation. Kino-Québec vérifiera son niveau d'utilisation par le milieu ainsi que les modèles de concertation retenus dans le milieu afin d'impliquer tous les secteurs concernés. Kino-Québec apportera s'il y a lieu des corrections à la méthode afin de la rendre encore plus efficace.

Kino-Québec planifiera une session de perfectionnement pour les coordonnateurs/trices de modules pour les renseigner sur la dynamique d'une intervention au sein des entreprises.

Kino-Québec produira douze feuillets à introduire dans la méthode d'intervention. Ces feuillets traiteront d'autant de thèmes spécifiques sur les habitudes de vie et la pratique de l'activité physique. Ces feuillets viendront supporter l'intervention des promoteurs dans leurs relations avec les gens dans les entreprises.

Kino-Québec lancera une campagne publicitaire dont la clientèle sera double: 1- les chefs d'entreprises pour qu'ils reçoivent positivement une intervention dans leur milieu; 2- les adultes en milieu de travail pour les inciter à faire de l'activité physique tout en profitant de son milieu de travail.

Kino-Québec entend établir des mécanismes de coordination avec le gouvernement fédéral afin de profiter au maximum du support qu'il peut apporter au Québec tout en respectant la responsabilité du Québec quant à la pénétration du milieu.

4.2.7 La femme et l'activité physique

Situation actuelle

Il y a quelques années, il y avait un écart de quelques points entre le taux de participation des hommes à l'activité physique et celui des femmes en général. On considère maintenant que le taux de pratique est à peu près identique pour les deux sexes bien que le choix des activités diffère. On constate cependant que les facteurs de motivation peuvent varier entre l'homme et la femme. La réalité québécoise actuelle nous montre effectivement qu'il existe des différences entre les hommes et les femmes en re-

gard non seulement, de caractéristiques d'ordre physiologique et psychologique, mais également sociologique.

Situation désirée

Comme le taux de pratique régulière de l'activité physique chez les Québécois/ses est peu élevé, Kino-Québec entreprendra des actions pour l'augmenter. En raison des différences surtout d'ordre sociologique (contexte social), Kino-Québec entend développer une stratégie particulière d'intervention adaptée aux besoins de la femme et tenant compte du contexte social dans lequel nous vivons. A cet effet, un comité de travail sera mis sur pied.

4.2.8 La femme enceinte et l'activité physique

Situation actuelle

La grossesse est une période privilégiée pour la femme; c'est l'occasion pour elle de prendre davantage conscience de son corps. Traditionnellement, l'activité physique n'était pas au menu quotidien de la femme enceinte. Il a été démontré que l'activité physique, pratiquée de façon adaptée, ne peut être que bénéfique dans le cas d'une grossesse normale. Kino-Québec favorise donc la pratique de l'activité physique par la femme enceinte et souhaite que la grossesse soit l'occasion: a) pour la femme active de poursuivre ses activités physiques; b) pour la femme semi-active de profiter de cette période pour pratiquer l'activité physique de façon plus régulière; c) pour la femme inactive d'être sensibilisée aux bienfaits qu'elle peut retirer d'une pratique régulière d'activité physique.

Kino-Québec a établi une stratégie d'intervention qui veut rejoindre la femme enceinte par le biais des intervenants/es des divers réseaux (Modules-Kino, intervenants/es du secteur de la santé et les spécialistes en activité physique). Un mode de collaboration entre le M.A.S. et le M.L.C.P. a été élaboré et Kino-Québec a fourni aux modules des instruments de sensibilisation, d'encadrement et des contenus de programmes.

Situation désirée

Kino-Québec tendra à ce que le milieu s'approprie cette stratégie d'intervention et à ce que les contenus produits soient utilisés par les intervenants du milieu au profit de la femme enceinte; il poursuivra de façon optimale la collaboration entre le M.A.S., son réseau et le réseau de Kino-Québec. A cet effet, Kino-Québec fera en sorte que l'approche pluridisciplinaire soit favorisée au niveau du développement du dossier dans les Modules-Kino. Kino-Québec tentera de maximiser la préoccupation "activité physique" chez tous les intervenants en périnatalité. Kino-Québec incitera les spécialistes de l'activité physique à collaborer et à travailler de concert avec les principaux partenaires dans le dossier périnatalité et le dépliant: "J'attends du nouveau" sera réédité. Enfin, un deuxième dépliant rejoignant directement la femme enceinte sera produit.

4.2.9 Les jeunes et l'activité physique

Situation actuelle

Les jeunes sont les adultes de demain. C'est en bas âge que l'individu est le plus susceptible d'acquérir des habitudes de vie

qu'il maintiendra tout au long de sa vie d'adulte. Les jeunes de 6 à 18 ans se retrouvent, pour la majorité du temps, dans le milieu scolaire et ont accès à une variété de ressources matérielles et d'encadrement.

On constate que les jeunes sont plutôt actifs, mais que leur taux de participation diminue de façon dramatique au cours de leurs années à l'école secondaire et on considère que leur niveau de condition physique n'est pas suffisant.

A l'école, le développement physique des jeunes est assuré notamment par différents programmes allant du programme obligatoire en éducation physique jusqu'à des programmes d'entraînement et de compétition. Egalement, il faut retenir l'apport important du réseau municipal et de certains organismes ou groupements associatifs qui agissent avec beaucoup d'efficacité en cette matière auprès des jeunes.

De plus, la Fédération du sport scolaire et la Fédération des associations sportives collégiales sont des organismes de regroupement venant soutenir les structures scolaires afin de favoriser la pratique d'activités physiques et sportives à l'école et au collège.

Les intervenants auprès des jeunes à l'école considèrent le développement de la condition physique comme un des éléments dont ils doivent tenir compte dans l'ensemble du processus global de développement des jeunes.

La Fédération du sport scolaire s'est associée au Rendez-vous Kino pour intervenir auprès de cette clientèle. Dans le cadre de l'année nternationale de la jeunesse, des projets spécifiques seront développés pour que les jeunes fassent de la pratique de l'activité physique une habitude de vie. Les jeunes de 6 à 18 ans seront rejoints par le projet de la rentrée scolaire. Enfin, un

comité de travail sera mis en place afin d'identifier une stratégie particulière pour faire en sorte que le niveau de condition physique des jeunes soit amélioré.

Situation désirée

Kino-Québec mettra en place deux comités de travail, l'un constitué du ministère de l'Education, de la Fédération du sport scolaire du Québec et de Kino-Québec pour le secteur primaire et secondaire. L'autre comité sera constitué de la Fédération des associations sportives collégiales du Québec et de Kino-Québec pour le secteur collégial.

Le mandat de ces deux comités est de développer des stratégies particulières d'intervention auprès des jeunes de 6 à 17 ans d'une part et de 17 à 20 ans d'autre part. Ces stratégies permettront de développer par la suite des programmes visant l'augmentation de la pratique régulière de l'activité physique et du niveau de condition physique.

Suite à l'élaboration de ces stratégies d'intervention, des projets seront proposés aux jeunes du milieu scolaire via les organismes et intervenants agissant auprès d'eux. Des programmes et des projets s'inscriront au même titre que le Rendez-Vous Kino dans le réseau scolaire ainsi que la rentrée scolaire, activité qui sert de déclencheur en début d'année dans le secteur scolaire.

4.2.10 Les personnes handicapées

Situation actuelle

En 1981, dans le cadre de l'année internationale des personnes handicapées, un comité de travail a produit un rapport traitant des activités physiques et sportives pour cette clientèle spécifique. Les recommandations formulées en regard de Kino-Québec faisaient ressortir l'importance de mieux outiller les coordonnateurs/trices de Modules-Kino et l'importance d'élaborer un plan d'incitation des divers intervenants locaux et régionaux à se concerter.

Actuellement, nous avons peu de données sur la pratique de l'activité physique chez les personnes handicapées, il existe présentement au Québec quelque 350 000 personnes identifiées comme handicapées. L'A.Q.L.P.H. en regroupe comme membres 35 000 dont seulement 6 000 disent faire de l'activité physique.

Situation désirée

Kino-Québec entend faire en sorte que la participation à l'activité physique chez les personnes handicapées puisse augmenter. Il formera à cet effet un comité qui réunira des organismes et des intervenants agissant auprès des personnes handicapées. Ce comité aura comme mandat de développer une stratégie particulière d'intervention qui tentera d'identifier les programmes à développer ainsi que des façons de rejoindre les personnes handicapées.

4.2.11 Les aînés/es et la pratique de l'activité physique

Situation actuelle

Les aînés/es (55 ans et plus) constituent au Québec aux alentours de 15% de toute la population et leur nombre est croissant. Cette clientèle exprime des besoins très particuliers en regard de sa santé. Une partie très limitée de cette clientèle fait cependant de l'activité physique; en général, elle craint de s'y adonner et elle n'a pas été habituée à le faire.

Pour être en mesure de mieux servir cette clientèle et mieux évaluer ses besoins, Kino-Québec a mis sur pied un comité qui a pour mandat de:

- favoriser la concertation, l'échange entre les principaux organismes privés et publics qui interviennent auprès des aînés/es;
- recueillir les expériences, la documentation pertinente et la diffuser;
- analyser la situation et établir une problématique;
- élaborer une politique et des stratégies d'intervention pour cette clientèle;
- développer des outils appropriés pour les intervenants: programmes, audio-visuels, etc...

Le comité après avoir élaboré quelques instruments jugés indispensables (tableau d'exercice, brochure pour le maintien de

la condition physique des aînés/es), a procédé à une analyse de la situation avant d'entreprendre l'élaboration d'une politique et d'une stratégie d'intervention.

Son analyse de la situation peut se résumer ainsi pour le moment:

. il existe quelques initiatives d'organisation de programmes de conditionnement physique dans les modules, en utilisant surtout l'assistance financière des programmes passagers de création d'emplois. (20-30 sem.);

. il existe aussi des initiatives passagères et assez isolées dans le milieu associatif (âge d'or, etc..) mais, avec des moyens limités, tant en ressources humaines et financières, qu'avec des modèles d'intervention improvisés;

. les municipalités, les commissions scolaires, les cégeps, certains organismes du réseau de la santé, fournissent épisodiquement des locaux et de l'équipement, sur demande à des groupes d'aînés/es. Très peu prennent l'initiative d'organiser des activités;

. il y a absence de coordination et de concertation entre les ministères impliqués au niveau gouvernemental en ce qui touche les aînés/es. Il y a des initiatives encourageantes depuis quelque temps.

A la suite de ces faits, il ressort clairement:

que l'action à date est due à des initiatives personnelles, et que l'expertise qui s'y est développée n'est pas suffisamment mise à profit et normalisée;

qu'il existe une absence de politique gouvernementale à ce sujet. Même s'il n'est pas nécessaire d'attendre le gouvernement pour agir, on constate que ceux qui veulent intervenir en ce domaine sont mal outillés et qu'ils doivent inventer presqu'à chaque fois les démarches d'organisation, les modes d'intervention, les contenus et qu'ils disposent de très peu d'animateurs compétents. Les organismes gouvernementaux et para-gouvernementaux devraient se concerter à cet effet;

que les orgarismes publics ou privés qui sont peu sensibilisés à ce problème dispensent peu de services à cette clientèle. Ne recevant aucune incitation ou soutien concret de la part des autorités gouvernementales, ils ne prévoient pas dans leurs programmes respectifs des activités appropriées pour les aînés/es.

Situation désirée

Kino-Québec développera une stratégie particulière d'intervention ainsi qu'un plan d'action précis auprès de la clientèle des aînés/es. Ce plan d'intervention touchera les secteurs suivants:

. l'information et la promotion auprès des aînés/es et des personnels intervenant auprès d'eux;

. l'inventaire des programmes existants ainsi que leurs caractéristiques en regard de l'accessibilité, de leur encadrement et des individus qui y participent;

. le développement de modèles d'intervention en utilisant l'expertise existante dans les modules ou ailleurs;

. le perfectionnement des intervenants auprès de cette clientèle;

. la réalisation et le suivi d'expérience-pilote dans les modules afin d'alimenter la réflexion du comité de travail mis en place par Kino-Québec pour développer la stratégie particulière pour cette clientèle;

. le maintien de relations avec les autres organismes québécois et canadiens qui ont des préoccupations en regard de la clientèle des aînés/es.

4.2.12 Groupes du milieu associatif

Situation actuelle

Certains/es coordonnateurs/trices ont constaté que l'intervention de Kino-Québec n'atteignait pas les groupes associatifs au plan local et que nous devrions explorer et définir notre intervention.

Ainsi, un groupe de travail regroupant quelques coordonnateurs/trices a cerné les éléments d'une problématique ayant trait aux comportements des groupes associatifs au cours de l'année 1983-1984. Ils constatent que cedit milieu se définit comme un regroupement d'organismes dynamiques et de centres d'intérêt hétérogènes, riche en ressources humaines et, à bien des égards, autonome et répondant aux intérêts particuliers de leurs membres. En général, les groupes de type "ouvert" sont plus accessibles à une intervention (club d'âge d'or, cercle des fermières...) que les groupes de type "fermé" à caractère revendicateur. Il ressort que les groupes en milieu associatif sont hors du réseau de nos intervenants privilégiés, à l'exception du secteur municipal

Situation désirée

En raison de la complexité des groupes en milieu associatif, nous devons dégager davantage la problématique et définir les caractéristiques des groupes impliqués en guise de "clientèle" potentielle.

Pour cela, il nous faut approfondir nos connaissances des groupes et développer une stratégie d'intervention en concertation avec les organismes communautaires.

Xino-Québec vérifiera la pertinence d'établir un lien avec les réflexions qui ont été faites sur une approche d'éducation populaire.

4.2.13 Les autochtones

Situation actuelle

Malgré leur situation géographique particulière, les autochtones de la région du Nouveau-Québec ont droit de recevoir une information équivalente relativement aux bienfaits de la pratique de l'activité physique et à l'amélioration de la condition physique. Ce groupe culturel particulier est plutôt considéré comme sédentaire bien qu'à certaines occasions il doive faire face à des situations d'urgence en rapport avec des phénomènes de la nature.

Les activités de chasse et de pêche essentielles pour leur survie exigent de plusieurs d'entre eux une bonne condition physique. Une sensibilisation adéquate en regard de leurs besoins face à leur condition physique influencerait le choix de leurs activités de loisirs.

Cette population autochtone vivant au Nouveau-Québec s'élève à environ 10 000 personnes réparties au sein des nations Cris, Inuit et Naskapis.

Les principaux intervenants auprès de cette population sont les Associations régionales des Cris, Inuit et celle du Golfe; les groupes populaires au plan local ainsi que les organismes du secteur de la santé répartis un peu partout sur le territoire.

Situation désirée

Kino-Central recueillera toutes les informations nécessaires afin de lui permettre de développer une stratégie d'intervention auprès de cette clientèle.

4.3 Analyse et perspectives en regard de la structure de fonctionnement et des mécanismes d'application de Kino-Québec

4.3.1 Le Module-Kino

Situation actuelle

Pour être le plus près possible des besoins du milieu, cinquante-et-un (51) modules sont en place pour servir de réseau d'application en région du programme Kino-Québec.

Le module est constitué de trois composantes: le responsable, gestionnaire délégué par l'organisme tuteur; un coordonnateur/trice, personnel spécialisé en activité physique affecté aux activités du module; des intervenants locaux qui acceptent de collaborer à l'atteinte des objectifs de Kino-Québec.

La clientèle cible du module est formée par les organismes concernés (les secteurs scolaire, municipal, santé et autres) pour l'amélioration de la condition physique de la population.

Le module planifie, réalise et évalue, avec le concours d'organismes partenaires des interventions dont les principaux objets sont:

- d'identifier les besoins et les attentes des organismes et des groupes afin de leur fournir des services pertinents;

- d'impliquer les organismes à se concerter pour réaliser des programmes d'activités physiques au plus grand nombre;

- de distribuer la documentation, les programmes d'activités physiques et le matériel promotionnel de Kino-Québec;

- de fournir assistance et support aux organismes et groupes pour leur permettre de réaliser des activités en regard de l'amélioration de la condition physique;

- de promouvoir la pratique régulière de l'activité physique auprès de la population.

Afin de faire jouer le dynamisme local pour que ce milieu se prenne en charge, pour utiliser au maximum les ressources existantes du milieu et pour éviter la multiplication des structures de réalisation, le Module-Kino vise l'implication des organismes du milieu pour atteindre la finalité de Kino-Québec.

Kino-Central a précisé les mandats et responsabilités des différents niveaux de sa structure de fonctionnement et de ses répondants.

Les mécanismes de concertation ont été reprécisés en rapport avec les types d'organismes à impliquer et les modes de concertation.

Un modèle de plan d'intervention a été fourni aux modules pour leur permettre d'améliorer leur planification et pour être capable de recueillir des renseignements sur leurs besoins.

Lors d'une enquête effectuée auprès des organismes locaux en 1982, il ressort qu'un peu plus du quart des répondants d'organismes sont d'avis que le/la coordonnateur/trice est très ou assez attentif/ve à leurs besoins et à leurs suggestions en regard des services à offrir par le module.

La documentation produite par Kino-Québec n'est pas disponible en quantité suffisante.

68% des organismes ont reçu de l'assistance et du support technique du coordonnateur/trice et sont d'avis à 82% que cette aide a été très utile ou assez utile.

Quelque 30% des répondants des organismes du milieu sont satisfaits des aspects suivants:

- connaître les services du module;
- connaître la documentation produite par Kino-Québec;
- connaître les programmes d'activités physiques de Kino-Québec;
- l'efficacité du module pour promouvoir la pratique de l'activité physique.

Près de 60% des répondants des organismes sont d'avis que le module est très ou assez efficace pour favoriser et accroître la concertation.

41% des répondants ont déjà été consultés par le/la coordonnateur/trice pour la préparation du plan d'action annuel du module.

Situation désirée

Kino-Québec souhaite faire appel aux responsables de modules afin qu'ils puissent fournir leur expertise au développement de ce programme. Il souhaite également soutenir les modules dans leur démarche de concertation avec les organismes du milieu et dans l'élaboration de leur plan d'intervention selon la démarche qui leur a été proposée. Kino-Central a l'intention d'inviter les Modules-Kino à lui faire connaître leur attentes par rapport au programme Kino-Québec national. Enfin, Kino-Québec incitera les Modules-Kino à identifier les attentes de tous les organismes concernés par l'amélioration de la condition physique de leur population.

4.3.2 Les Centres-Kino

Situation actuelle

Il a été constaté qu'un certain pourcentage de la population était motivé pour s'adonner à la pratique d'activités physiques, mais ne disposait pas des renseignements nécessaires pour intégrer de façon progressive et sécuritaire l'activité physique à leurs habitudes de vie.

Depuis 1981, un concept de distribution de services à la population est proposé aux modules afin qu'ils puissent inciter les organismes intéressés à mettre en place et à opérer des points de services (les Centres-Kino). Une subvention d'aide à la mise en place de 2 000 $ pouvait être fournie à l'organisme qui acceptait d'administrer un tel centre de services.

Le Centre-Kino, à l'aide de personnel spécialisé en activité physique prévoyait fournir à la population des services d'information, d'évaluation de la condition physique, de prescription d'exercices et d'autres services. Aux intervenants et aux individus, il voulait fournir un service de documentation.

Du mois d'avril 1981 à mars 1984, quatre-vingt quinze (95) subventions ont été octroyées à cinquante-et-un (51) modules afin de permettre à quatre-vingt quinze (95) organismes de mettre en place et d'opérer des Centres-Kino.

Plusieurs Centres-Kino tardent à être implantés et ne sont pas en opération. Le nombre de bénéficiaires des services des Centres-Kino semble très limité. Un grand nombre de Centres-Kino semble dispenser ces services uniquement sur demande. Les services dispensés peuvent être différents d'un Centre-Kino à un autre. Les critères de qualité ne sont pas normalisés. Le concept de service a pu être interprété et appliqué de façon très hétérogène d'un organisme à l'autre. Nous ne disposons pas d'informations précises sur le fonctionnement et le rendement des Centres-Kino.

Situation désirée

La direction de l'activité physique identifiera avec plus de précision les besoins et attentes de la clientèle des Centres-Kino.

Des normes en rapport avec les personnels, les équipements, les services, la gestion des dossiers, les techniques, le contrôle et l'accréditation seront définies pour améliorer la performance des Centres-Kino.

Afin d'augmenter le nombre de bénéficiaires, des activités de publicité et de promotion seront réalisées.

Les Modules-Kino seront appelés à jouer un rôle important pour relancer les Centres-Kino et les moyens nécessaires seront mis à leur disposition.

4.3.3 La commission d'orientation de Kino-Québec

Situation actuelle

Kino-Québec est un programme basé sur le partage de ses objectifs avec d'autres organismes qui peuvent être identifiés comme partenaires. Cette approche a pour but de ne pas créer de structures parallèles et d'utiliser au maximum les ressources existantes. De plus, ces partenaires ont un lien beaucoup plus direct avec les populations que le M.L.C.P. Ils sont donc bien placés pour nous informer des besoins des diverses clientèles.

Des mécanismes de concertation existent au niveau des modules. Des comités de concertation se réunissent de façon ad hoc pour divers projets au niveau local et régional. Il n'existe pas de mécanisme au niveau national dont le rôle serait de faire partager les objectifs de Kino-Québec et de faire des commentaires sur ses orientations.

Situation désirée

Kino-Central se propose de mettre en place le mécanisme nécessaire pour conseiller la direction du programme sur les orientations de Kino-Québec.

4.4 Analyse et perspectives en regard des moyens de communication

4.4.1 La banque d'information

Situation actuelle

Dans le but de transmettre aux personnels de Kino-Central et des modules des renseignements sur des documents utiles à la gestion du module, au développement de l'activité physique et de la condition physique, une banque d'informations était mise à l'essai à compter de mars 1983.

Tous les personnels de la structure du programme Kino-Québec; conseillers/ères Kino, responsables de modules, coordonnateurs/trices de modules étaient invités/es à fournir des fiches documentaires à Kino-Central pour faire connaître des documents qu'ils jugeraient utiles à leurs collègues.

La période de mise à l'essai s'est étalée sur quatre (4) mois, de mars à juillet 1983 et vingt-huit (28) fiches documentaires ont été transmises impliquant 12% des personnels (7/60).

La banque d'information a cessé ses opérations depuis juillet 1983.

88% (53/60) des personnels n'ont pas fourni de fiches documentaires et les principales raisons de leur non participation sont les suivantes: simple négligence; croient qu'ils n'ont rien d'important à transmettre; rencontrent des difficultés à identifier des sujets d'intérêt commun.

Les informations fournies sur des documents ne répondent pas aux besoins actuels des personnels et de plus, ils font appel à d'autres sources de documentation (bibliothèque, abonnement à des revues, rencontres avec leurs homologues pour avoir accès à des connaissances que visait à transmettre la banque d'information).

Pour certains personnels, la fiche documentaire exige un trop grand nombre d'informations et nécessite trop de temps à compléter.

Situation désirée

La banque d'informations sera remise en opération à compter de novembre 1984. Les informations à inscrire sur la fiche documentaire seront réduites. Tous les coordonnateurs et coordonnatrices devraient alimenter la banque d'informations. Les informations à recueillir et à fournir aux bénéficiaires seront axées sur les productions réalisées par les modules; c'est-à-dire des documents écrits, publics ou audio-visuels, des projets réalisés par le module et du matériel promotionnel.

Pour que les services de la banque soient considérés efficaces, 30% des bénéficiaires devront avoir consulté un document ou s'être procuré un matériel promotionnel dont ils ont pris connaissance à l'aide des fiches transmises par la banque.

4.4.2 Le bulletin Kino-nouvelles

Situation actuelle

Ce bulletin vise à informer les intervenants concernés par la condition physique sur le programme Kino-Québec et à faire connaître les réalisations des modules. Cinq mille (5 000) copies sont publiées cinq (5) fois par année et distribuées par les modules auprès des répondants des organismes et des intervenants.

Le bulletin est composé de sept (7) rubriques: l'éditorial, l'actualité, la condition physique, les dossiers nationaux, les mécanismes, les innovations des modules et la documentation.

Le contenu des rubriques est fourni par le personnel du Kino-Central, par des experts et par des coordonnateurs/trices. Durant l'année 1983-84, certaines rubriques ont été modifiées et à l'occasion supprimées pour augmenter la popularité du bulletin.

Les attentes précises de la principale clientèle du bulletin (les répondants des organismes et les intervenants) sont peu connus. La collaboration des coordonnateurs/trices est bonne, mais il est souvent difficile d'obtenir le concours d'autres personnels pour obtenir des contenus intéressants. La clientèle cible est évaluée à 10 000 personnes et un tirage de 5 000 copies est insuffisant pour rejoindre cette clientèle.

Situation désirée

Les sujets intéressant les répondants des organismes et les intervenants devraient être précisés afin de répondre aux attentes de la clientèle cible. Le concours des partenaires privilégiés du programme Kino-Québec, des responsables de modules, des conseillers/ères Kino devrait être plus largement suscité pour obtenir des articles diversifiés et en plus grand nombre. La distribution du bulletin devrait être réorganisée afin de rejoindre plus efficacement la clientèle cible. Le tirage devrait être augmenté afin de rejoindre le plus grand nombre de personnes visées.

4.4.3 Le Kino-message

Situation actuelle

Le Kino-message constitue un mécanisme de communication important entre Kino-Central et ses partenaires dans la gestion du programme Kino-Québec. Cette lettre est pour le mouvement Kino la "ligne téléphonique privée" qui permet aux administrateurs de première ligne de prendre connaissance des activités de l'équipe centrale et des nombreux comités d'experts mis en place par le MLCP. Ce mécanisme de communication permet également de transmettre tout type d'information provenant du MLCP et, à l'occasion, provenant de Modules-Kino.

Cette "lettre" s'adresse, depuis la création du programme, aux coordonnateurs/trices de Modules ainsi qu'aux responsables de Modules. Jusqu'à janvier 85, le Kino-message était envoyé sans distinction au coordonnateur/trice et au responsable. Depuis janvier, le Kino-message indique à qui s'adresse plus particulièrement tel ou tel message. Cette modification a été faite pour personnaliser davantage le message.

Situation désirée

Afin de mettre davantage en évidence les responsabilités des trois composantes d'un Module-Kino (l'organisme responsable, le coordonnateur/trice ainsi que les partenaires privilégiés), les Kino-messages seront désormais expédiés via les Modules aux quelques 600 à 700 organismes locaux identifiés comme partenaires privilégiés.

Les Modules-Kino expédient de l'information à leurs partenaires privilégiés membres de leur mécanisme de concertation. Le MLCP, expédiera aux Modules-Kino des copies supplémentaires de chacun des Kino-messages produit pour qu'ils soient ajoutés à l'information transmise par le Module à ses partenaires.

5. LES PRIORITÉS DE KINO-QUÉBEC POUR 1984-86

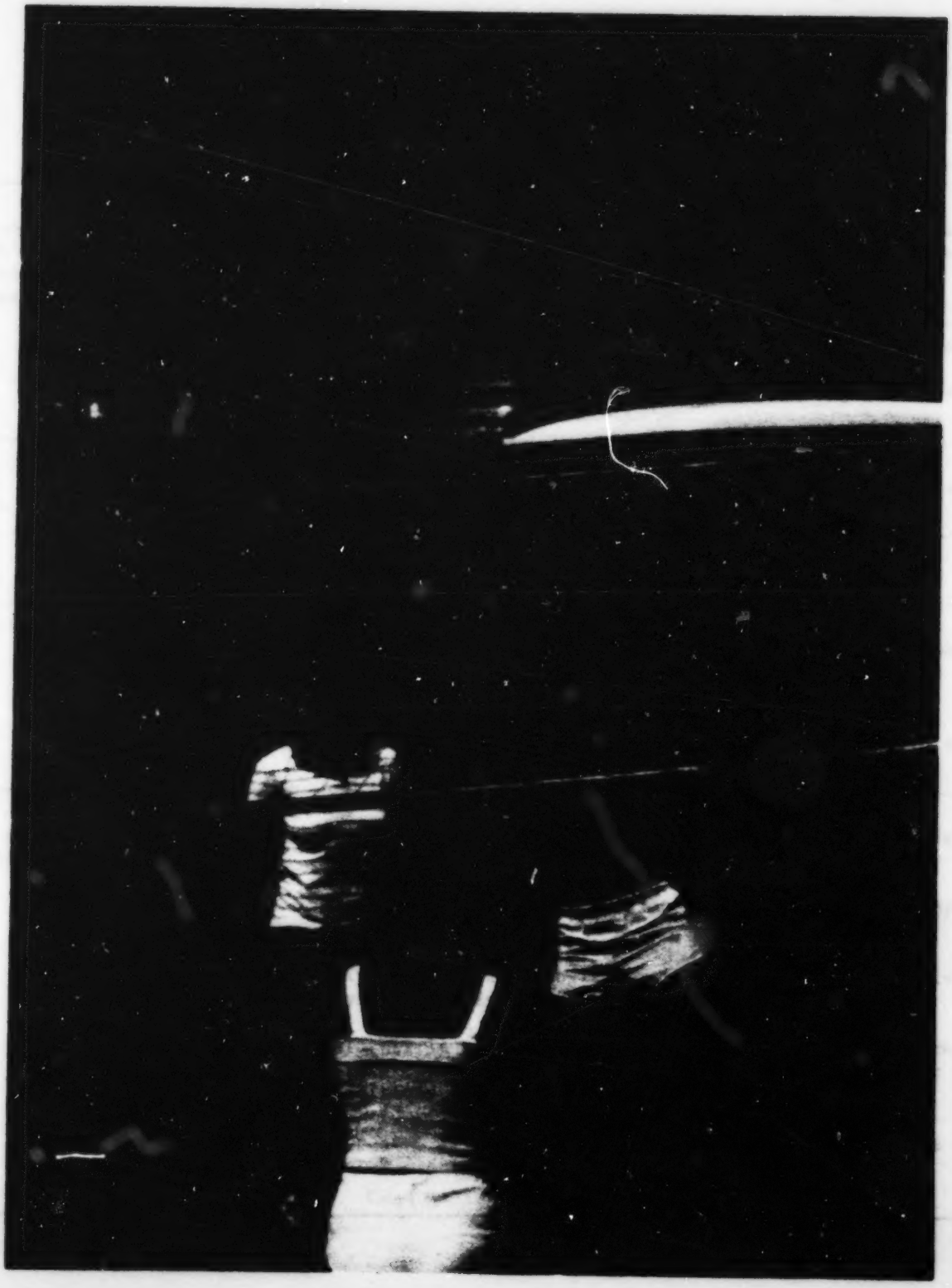
Suite à l'analyse de situation que nous venons de faire, il ressort que Kino-Québec doit identifier quatre (4) grandes priorités pour la période de 1984-86. C'est ce que le plan d'action de Kino-Central reflétera de façon générale.

A) Augmenter la notoriété de Kino-Québec auprès des diverses clientèles. De façon particulière, il visera à augmenter la notoriété de son image, de ses productions, de ses modules et de ses Centres-Kino.

B) Améliorer la qualité des interventions des Modules-Kino.

C) Augmenter le nombre des partenaires qui partagent les objectifs du Mouvement Kino-Québec.

D) Orienter les actions du programme Kino-Québec en fonction des caractéristiques et des besoins de clientèles spécifiques.



6. OBJECTIFS GÉNÉRAUX DU PROGRAMME KINO-QUÉBEC POUR 1984-86

CLIENTÈLE VISÉE	OBJECTIFS GÉNÉRAUX À ATTEINDRE
Les coordonnateurs et coordonnatrices des Modules-Kino	1. Favoriser l'augmentation de la qualité de leurs interventions auprès de leurs clientèles et partenaires locaux. 2. Assurer le soutien aux coordonnateurs et coordonnatrices des modules dans la réalisation de leur plan d'intervention. 3. Développer des moyens de collaboration en regard du développement du programme Kino-Québec.
Les responsables de Modules-Kino	Fournir aux responsables de modules, les ressources nécessaires pour gérer le mandat qui leur est confié.
Les intervenants et les répondants d'organismes locaux	1. Favoriser le perfectionnement des intervenants locaux en activité physique et en conditionnement physique. 2. Assurer le soutien aux intervenants locaux et aux répondants d'organismes locaux dans la réalisation des objectifs de Kino-Québec dans le cadre de leur mandat respectif. 3. Informer les intervenants locaux et les répondants d'organismes locaux sur les diverses activités de Kino-Québec.
La population en général	1. Augmenter le taux de participation à l'activité physique de la population en général. 2. Augmenter la notoriété de Kino-Québec auprès de la population du Québec. 3. Faire la promotion de la pratique régulière de l'activité physique auprès de la population en général. 4. Informer la population en général sur les bienfaits reliés à la pratique régulière de l'activité physique et sur les conditions de pratique. 5. Supporter la population en général dans les activités visant à améliorer le niveau de sa condition physique.

CLIENTÈLE VISÉE	OBJECTIFS GÉNÉRAUX À ATTEINDRE
Les jeunes de 6 à 18 ans en milieu scolaire des secteurs primaire, secondaire et collégial	1. Augmenter la participation des étudiants/tes à la pratique régulière de l'activité physique. 2. Inciter les étudiants/tes à faire de l'activité physique une habitude de vie permanente.
Les femmes	1. Augmenter la participation des femmes à l'activité physique. 2. Inciter les femmes à améliorer leur niveau de condition physique.
Les aînés/es	1. Augmenter la participation des aînés/es à l'activité physique. 2. Informer les aînés/es sur les diverses conditions de pratique de l'activité physique.
Les personnes handicapées	1. Augmenter chez les personnes handicapées la pratique régulière de l'activité physique. 2. Informer les personnes handicapées sur les diverses conditions de pratique de l'activité physique.
Les adultes en milieu de travail	1. Par le biais du milieu de travail, inciter les adultes à pratiquer régulièrement l'activité physique. 2. Par le biais du milieu de travail, inciter les adultes à améliorer leur niveau de condition physique. 3. Soutenir les adultes en milieu de travail dans les diverses activités visant l'amélioration de leur niveau de condition physique.
Les adultes en milieu associatif	Par le biais de groupes de type associatif, augmenter le taux de participation des adultes à l'activité physique.